Майкл Райхерт

как помочь сыну стать настоящим мужчиной

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Что скрывается под маской дерзкого подростка, почему мальчики ведут себя вызывающе? Как миф о «настоящем мужчине» приводит к проблемам и каков «настоящий мужчина» на самом деле? Пора избавиться от вековых стереотипов! За последние два десятилетия нейробиология и психология заметно расширили наши знания о том, как мальчики думают и чувствуют. Книга Майкла Райхерта — это путеводитель по воспитанию целеустремленных и великодушных мужчин в новом сложном мире.

- Майкл Райхерт
  - ○
  - ○
  - ○ Посвящение
  - ○ Глава 1
  - ○ Глава 2
  - ○ Глава 3
  - ○ Глава 4
  - ○ Глава 5
  - ○ Глава 6
  - ○ Глава 7
  - ○ Глава 8
  - ○ Глава 9
  - ○ Глава 10
  - ○ Благодарности
  - ○ Примечания
  - ○ × × ×
- notes
  - ○ 1
  - ○ 2
  - ○ 3
  - ○ 4
  - ○ 5
  - ○ 6
  - ○ 7
  - ○ 8
  - ○ 9
  - ○ 10
  - ○ 11
  - ○ 12
  - ○ 13

- ○ 14
- ○ 15
- ○ 16
- ○ 17
- ○ 18
- ○ 19
- ○ 20
- ○ 21
- ○ 22
- ○ 23
- ○ 24
- ○ 25
- ○ 26
- ○ 27
- ○ 28
- ○ 29
- ○ 30
- ○ 31
- ○ 32
- ○ 33
- ○ 34
- ○ 35
- ○ 36
- ○ 37
- ○ 38

Майкл Райхерт
Мальчики есть мальчики. Как помочь сыну стать настоящим мужчиной

Michael C. Reichert
How to Raise a Boy

Copyright © 2019 by Michael C. Reichert, PhDPenguin
All rights reserved including the right of reproduction in whole or in part in any form.
This edition published by arrangement with TarcherPerigee, an imprint of Penguin Publishing Group, a division of Penguin Random House LLC.

© Сайфуллина А.Д., перевод на русский язык, 2019
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2019

* * *

«Превосходно написанная, несомненно важная книга Майкла Райхерта рассказывает о том, как мы губим мальчишек, обусловливая гендерной принадлежностью способность человека мыслить и чувствовать. Последняя при этом якобы свойственна лишь «девочкам» и «геям», а потому располагается на низшей ступени ценностной пирамиды. Кроме того, автор подчеркивает: мальчики и девочки (другими словами, все люди) имеют сходные социальные и эмоциональные нужды, а также способности. Этот простой, доказанный опытом факт необходимо принять, иначе не выйдет применить предложенные автором методы и воспитать в мальчике его естественную способность устанавливать эмоциональную связь с собой и окружающими. Эта книга обязательна для всех, кого волнует судьба мальчиков и мужчин».

Ниобе Уэй, профессор прикладной психологии Нью-Йоркского университета, автор книги «Deep

Secrets: Boys' Friendships and the Crisis of Connection»

«Майкл Райхерт соткал прекрасный гобелен из историй, опыта, наблюдений и мыслей — результат долгой, выдающейся работы в роли наставника мальчиков и юношей. Эта книга обязательна к изучению — не только родителями, у которых есть сыновья, но и работниками сферы образования, должностными лицами и консультантами, которым доверили такое ответственное дело, как обучение и воспитание мальчиков».

Дэвид Армстронг, исполнительный директор Международной коалиции школ для мальчиков

«После стольких лет работы с мальчиками и юношами Майкл Райхерт лучше других знает об ужасающих последствиях, к которым приводит привычное нам воспитание будущих мужчин. Руководствуясь искренним сочувствием как в рабочей деятельности, так и в написании книги, Майкл указывает, в каком направлении необходимо начать двигаться сегодня. Книгу обязаны прочесть родители, педагоги и на самом деле все мы».

Майкл Кауфман, автор книги «The Time Has Come: Why Men Must Join the Gender Equality Revolution»

«Продолжается яростная битва за души наших сыновей. Родители, политики и учителя, как и положено, встревоженны. Знатоки спорят: разучились мы воспитывать «мужчин» или ошибка как раз в определении мужественности? Мысли Майкла Райхерта, словно лучи, освещают тьму неясности: мальчики должны идти навстречу отношениям, а не избегать их. Мальчиков нужно оберегать, а не отмахиваться от них. Родители, учителя и все мы обязаны проявить отвагу, чтобы мальчик просто вырос тем, кем желает, — уверенным в себе человеком. Нужно любить и неизменно поддерживать его. „Мальчики есть мальчики“ — книга, которая вносит столь необходимый нам вклад в обсуждение вопросов воспитания».

Гэри Баркер, учредитель и генеральный директор организации «Promundo»

«В своей новой важной книге Майкл Райхерт обращается к многолетнему опыту в воспитании мальчиков, а также к обширным научным знаниям о гендерных особенностях и развитии подростков, что позволяет ему поделиться полезными мыслями с родителями и преподавателями, стремящимися воспитать здоровых мальчиков и юношей. Написанная разумным, понятным и привлекательным языком, книга переполнена мудростью и полезными советами. Сейчас, когда мы видим так много примеров неверного воспитания мальчиков, у нас наконец-то появилась книга, содержащая необходимые наблюдения и указания!»

Педро Ногуэра, доктор философии, почетный профессор в сфере образования и руководитель Центра исследований в области преобразования школ

«Эту книгу должны прочесть те, в чьей жизни есть или ожидается мальчик. Доктор Райхерт перемежает теоретические знания и результаты исследований с реальными примерами из собственной обширной клинической практики, благодаря чему книга будто оживает. Автор разрушает множество мифов о мальчиках, открывая парням путь к здоровым отношениям с родителями и сверстниками. Он заботливо обучает родителей стратегиям, способным благотворно повлиять на сыновей и помочь им преуспеть во все более переменчивом и сложном мире».

Деннис Барбур, дипломированный адвокат, президент и генеральный директор «Partnership for Male Youth»

«Майкл Райхерт три десятка лет разбирался в том, как мальчики мыслят, чувствуют и действуют. В книге „Мальчики есть мальчики“ автор систематизирует свои знания в десять глав, освещающих проблемы современных мальчиков и то, как взрослые, присутствующие в их жизни, способны помочь справиться с рисками и вырасти достойными

мужчинами. Автор советует: намеренно вторгайтесь в личное пространство своего сына, чтобы стать частью его жизни! Мальчики в той же мере, что и девочки, способны открывать сердца — но лишь тем, кому доверяют. Книга настоятельно рекомендуется всем родителям и преподавателям».

Доктор Джон Нагл, подполковник армии США (в отставке) и девятый директор мужской школы Хейверфорд

«Книга „Мальчики есть мальчики”» — не что иное, как спасательный круг для наших юношей и страны.

Коснувшись тем любви, насилия, здоровья, самоуважения, надежды, социального развития, травли и поддержки со стороны сверстников, доктор Райхерт создал трактат для тех, кто желает узнать больше о современных юношах и задать их жизням верное направление.

Его анализ позволяет нам лучше понять то давление, которое необходимо преодолеть с помощью крепких отношений, подготовив молодежь к жизни в постоянно меняющемся обществе; если сделать все правильно, их жизнь наверняка станет безопаснее, насыщеннее и успешнее.

Доктор Райхерт предлагает конкретные стратегии для взрослых, играющих ключевую роль в развитии мальчиков. Он напрямую обращается к мужчинам и женщинам с полезными рекомендациями; его план действий уводит нас прочь от устаревшего, ложного подхода и вредных, ограничивающих стереотипов. Вместо них автор предлагает свежие мысли и вдохновляющие приемы, которые позволяют увидеть мужественность в ином, здоровом свете.

Книга „Мальчики есть мальчики“ жизненно необходима педагогам и родителям, имеющим дело с непростыми юношами: замкнутыми, потерянными, эгоистичными, немотивированными, страдающими от зависимостей или гипермаскулинности, а также не способными определить, кто они и в каком направлении им следует двигаться».

Дэвид Бэнкс, президент и генеральный директор «Eagle Academy Foundation, Inc.»

«Майкл сочетает в книге мудрость любящего родителя и заботливого врача, чтобы мы сумели услышать, понять и восславить наших сыновей и знакомых мальчишек, а также помогли им проявить себя с наилучшей, наиболее искренней стороны».

Дэвид Белл, доктор медицинских наук, заведующий Нью-Йоркской пресвитерианской клиникой для юношей — университетским госпиталем под началом Колумбийского и Корнеллского университетов

«Райхерт сочинил глубокомысленную, обязательную к прочтению книгу о том, как вырастить из мальчика преуспевающую личность. Автор опирается на результаты новейших исследований (своих и чужих), собственную практику врача и консультанта по вопросам образования, а также на родительский опыт, чтобы показать, насколько важно ценить мальчика как личность и изо всех сил развивать взаимоотношения с ним».

Энн Ренингер, профессор социальной теории и социальной деятельности Дорвина Картрайта в Суортмор-колледже

«„Мальчики есть мальчики“ — книга, настраивающая на положительный лад и дарящая надежду на сложном и нередко рискованном пути воспитания прекрасных мужчин из современных мальчиков. Через захватывающие истории о мальчиках и их опекунах автор делится с читателем ценными и полезными наблюдениями, позволяющими понять чрезвычайную важность уз и взаимоотношений, а также забыть о пагубных гендерных стереотипах, которые составляют так называемый „мальчишеский кодекс“ и представляют опасность для всех нас».

Аманда Кедди, профессор педагогики из Университета Дикина (Австралия)

«В течение десяти лет после того, как вышла моя книга о проблемах мальчиков, я разговаривала с бесчисленным количеством родителей и педагогов об их тревогах. И через десять лет жизнь мальчишек не стала

легче ни в коей мере — на самом деле теперь семьям как никогда важно воспитывать жизнестойких мужчин с твердым духом и высоким уровнем эмоционального интеллекта. В своей прогрессивной книге Майкл Райхерт неповторимым образом смешивает результаты исследований, клинические наблюдения, личный опыт и призывает читателя воспользоваться новым подходом к воспитанию сыновей. Если у вас есть сын, или внук, или племянник, или брат, смело приобретайте эту книгу».

Пег Тайр, автор бестселлера (по версии «The New York Times») «The Trouble with Boys»

«Никто из авторов еще не писал так доходчиво о том, насколько сильно мальчикам для здорового развития необходимы теплые отношения. Исследовательская выучка и сердце истинного врача помогли Майклу Райхерту досконально изучить душу и жизнь мальчишки; за неуспеваемостью в школе и игровой зависимостью он сумел разглядеть тоску по родству и дружбе. Если вы родитель или преподаватель, имеющий дело с мальчиком, и если вы любите этого мальчика, то прочтите книгу „Мальчики есть мальчики“».

Майкл Томпсон, доктор философии

«„Мальчики есть мальчики“ — это вдумчивое, честное и крайне обнадеживающее руководство по воспитанию сыновей для современных родителей. Без стеснения рассуждая о пугающих проблемах, с которыми сталкиваются мальчики, Майкл Райхерт делится с читателем тем, что уже помогло множеству людей: потрясающими наблюдениями и советами, благодаря которым множество мальчишек могут стать уверенными в себе мужчинами, стойкими и целеустремленными».

Розалинд Уайзмен, автор книг «Queen Bees and Wannabees» и «Masterminds and Wingmen», а также основатель организации «Cultures of Dignity»

Посвящение

В конечном итоге я благодарен своей семье: супруге Шерон, чья верность, великодушие и яростная приверженность принципам справедливости воодушевляли меня; сыновьям, Майку и Киру, которые помогали мне оставаться собой; и внукам, которые ежедневно демонстрировали, как беспредельно мальчишки любят жизнь

Глава 1
Вредный миф о настоящем мужчине

Вскоре после рождения сына я начал работать в известном учебном заведении для мальчиков — в школе Хейверфорд, в пяти километрах от Филадельфии. Эта школа уже долгие годы занималась воспитанием и обучением мальчиков, однако лишь почти через столетие со дня основания усомнилась в своей ключевой миссии. Исследования рынка показывали: многие семьи с недоверием относятся к школам, в которых мальчиков обучают отдельно от девочек; чем сильнее становились опасения по поводу нарушения духа равенства, тем чаще выбор падал на совместную форму обучения.

Тогда я еще даже не думал получить официальную должность в школе, однако меня попросили рассказать родителям о том, насколько мальчики склонны к химическим зависимостям и иному рискованному поведению, ведь на этом была сосредоточена моя клиническая практика. После лекции меня ожидала беседа с администрацией школы: речь шла о крайне способном ученике, страдающем от наркотической зависимости. Все закончилось вмешательством извне, госпитализацией и объятиями с директором школы на глазах у всех во время выпускного — в качестве благодарности за спасенную жизнь студента.

К тому времени я уже помог многим мальчикам и их родственникам справиться с похожими ситуациями, основываясь на собственном ужасном опыте, пережитом несколько лет назад. Поздней весной, когда мне было 23 года, мой младший брат погиб в автокатастрофе. И хотя он мучился проблемами все юношество — пил, употреблял наркотики и стремился огородиться от школы и семьи, — незадолго до трагедии в его жизни наконец-то настала светлая полоса. Когда брату исполнилось восемнадцать, он начал принимать все более здравые решения. Но тем вечером он зависал где-то с другом. Они пили алкоголь, возможно, употребляли наркотики, и брат, забыв о страхе, оказался на пассажирском сиденье в машине друга. Друг не справился с управлением, спускаясь по склону холма, и автомобиль врезался в большое старое дерево во дворе соседей. Я никогда не забуду, как в два часа ночи нам позвонили в дверь, как полицейский спросил, здесь ли живет мой брат, и как после его рассказа перед моими глазами встала невыносимая картина: мой брат и его друг в объятом пламенем автомобиле,

обернувшем несокрушимый древесный ствол.

В том же году, но ранее я получил первую должность после выпуска из колледжа и стал консультантом в суде по семейным делам; меня направили в отдел, работавший с несовершеннолетними перед вынесением приговора. Дверь здания суда вращалась не переставая под напором потока мальчишек, уличенных в различных правонарушениях: кражах, драках, нежелании посещать школу, побегах из дома, ограблениях, угонах автомобилей и даже убийствах. На мою долю выпало следить за ходом их мыслей, оценивать слабые и сильные стороны и давать оценку возможных последствий их поведения. Мне приходилось читать в большинстве своем душераздирающие отчеты школ и полиции, видеться с юношами и их опекунами и просчитывать, как именно они могли бы избежать проблем в будущем.

В первые дни после автокатастрофы, когда жизнь моего брата висела на волоске, а семья непрестанно дежурила возле его постели в реанимации, я разбирался в произошедшем. Существовала ниточка — о которой печальным образом умалчивали, — соединявшая историю моего брата с историями моих посетителей: в каждой из них шла речь о мужественности. Во всех случаях за принятым подростком решением (порожденном склонностью или к самозащите, или к саморазрушению) скрывалось поразительно развитое самосознание, некоторая доля равнодушия, а также ощущение потерянности, отчужденности и одиночества. В середине 1970-х годов все еще слабо понимали, что в жизни юноши существует этап, который канадский активист и ученый Майкл Кауфман затем опишет примечательным: «Необычная смесь ощущения власти и беспомощности, своего преимущества — и мучительной боли»[1]. Основополагающая, естественная склонность мальчика к общению тогда осуждалась еще больше — то есть не было даже места мыслям о том, будто человек развивается, взаимодействуя с окружающими.

Но поддерживаемое успехом женского движения, мужское также дало побеги. Всего лишь робкие ростки, однако основанные на мысли о том, что мальчикам и мужчинам причиняется значительный ущерб. Воспитатели — родители, учителя, сообщества — прививают традиционные представления о мужественности мальчикам, и это, согласно психологу Уильяму Поллаку из Гарвардской медицинской школы, приводит к «травмирующему уничтожению той среды, которая могла бы стать опорой для мальчика»[2]. Слишком много мальчиков уже в ранние годы теряют близкую связь с родственниками и

избавляются от отголосков эмоций в своей душе. Однажды оторванные от спасительного якоря отношений с семьей, мальчики становятся восприимчивыми к соблазнам современности и перестают осознавать себя как личность.

Именно это я видел, работая в семейном суде, именно это увидел в своем брате и, позднее, замечал в юношах, которым помогал пройти процесс реабилитации. На каждого из них повлияла дарвинистская модель маскулинности, пагубно отразившихся на их развитии, ценностных ориентирах и здоровье.

Я понял, что необходимо действовать. После того разговора с родителями, храня в глубине души память о погибшем брате, я принял предложение занять должность психолога-консультанта в школе для мальчиков; я был уверен, это позволит мне сосредоточиться на новой роли — роли отца, который занимается воспитанием сына. Прошли восьмидесятые, девяностые годы, начался новый век, и параллельно с тем, как из моего сына вырастал мужчина, а из меня — все более сознательный родитель, школа также развивалась. В поисках подходящего плана действий она взялась за воспитание мальчиков с двойным усердием и в итоге создала программу под названием «В интересах мальчиков» (*англ.* «On Behalf of Boys»). Результатом ее запуска в 1995 году стало создание национального консультативного совета, разработка новых образовательных программ для родителей, а также финансирование масштабных исследовательских проектов.

Если честно, я был обеспокоен будущим моего сына. Все чаще я слышал, насколько мальчикам приходится нелегко: они не успевают в школе и не поспевают за течением жизни; они то в состоянии «войны», то в состоянии «кризиса»[3]. Мое желание работать лишь усилилось с рождением второго сына. К тому времени стало ясно: мы с их матерью ни за что не сможем всегда ходить за ними по пятам, уберегая от соблазнов, сгубивших многих мальчиков. В итоге я заключил: мы можем лишь бороться за достоинство, целомудрие и будущее других мальчишек таким образом, чтобы это видели наши сыновья.

Ежедневные несчастные случаи — горькая правда мальчишеской жизни. Мальчики из самых разных семей не могут успешно пройти этап взросления, особенно если попытки вырастить из них «настоящего мужчину» сопряжены с проявлениями расизма и нищетой. В журнальной статье 2009 года под заголовком «The State of American Boyhood»[1] психолог Джудит Клайнфелд из Университета Аляски выразила особенное волнение по поводу «отчужденной» молодежи, группы, в которую

мальчики попадают в два раза чаще девочек, а представители цветного населения — намного чаще представителей белого. Эти отчужденные подростки из-за половой принадлежности оказываются на периферии образования, трудоустройства и гражданской жизни — путей определенных и измеримых. Более того, даже повзрослев и став мужчинами, многие из них продолжают жить отчужденно. И в мире, где главную роль играют интеллектуальные способности, глобализация экономики и равенство полов, необходимо подходить к воспитанию мальчиков с умом. Сложившаяся модель воспитания, которая не менялась поколениями, уже давным-давно устарела, как бы прискорбно это ни звучало. Том Мортенсон, специалист в области демографии из Национального центра государственной политики и высшего образования, утверждал: «Мужчина не способен легко и просто вписаться в современную жизнь. Все больше мужчин вообще в нее не вписываются, и это ломает их»[4].

Как мы можем усовершенствовать систему воспитания мальчиков? Как мы можем защитить доверенных нам отроков от всех угроз юношества? Что позволит нам лучше всего подготовить сыновей к вступлению во взрослую жизнь? Со дня гибели брата моя психологическая практика успела пополниться тысячами примеров: я беседовал с мальчиками и юношами, работал с ними, изучал их проблемы. Юнцы со всего света делились со мной историями своих надежд и обид, успехов и потерь. По рассказам становилось ясно, что именно мальчики *чувствуют* по поводу выпавшей на их долю участи: как ограниченные возможности нередко противоречат их человеческой натуре; как они ощущают себя брошенными и одинокими или обнаруживают, что их не понимают или неверно оценивают.

Их убедительные истории в итоге привели к моему согласию с британским социологом Кэролайн Нью, предположившей, будто жизнь мальчиков и вправду основана на «систематическом притеснении» и не сами мальчики, а те, кто ответственен за создание и внедрение правил их воспитания, должны исправить все недочеты системы[5]. В конце концов и сами мальчики станут активно помогать нам: начав вести себя искренне и перестав скрывать громкое биение своего сердца за маской, которую они вынуждены носить. Однако, чтобы исправить ошибки воспитания, мы должны первым делом признать: эти ошибки существуют, и вместе разобраться в их причинах.

Это сложнее, чем кажется. Я ожидал, что программа «От лица мальчиков» будет принята хорошо и благодаря ей взрослые начнут чаще задумываться о нуждах мальчиков. Однако все усложнилось с самого начала. Представители школьного

коллектива, привыкшие к традиционным методам воспитания, с презрением относились к любому упоминанию пола мальчиков; в то же время те из них, кто поддерживал феминизм, боялись, что это какой-то заговор и в конце концов всех мальчиков поведут в лес, дабы возвестить миру об их мужественности. Журналист из местной газеты, учуяв противоречие, высмеял наши начинания и озвучил внутренние опасения: «Мальчикам необязательно быть храбрыми. Им необязательно оставлять после себя потомство. Мальчикам следует больше походить на… ну, полагаю, на девочек».

Истина в том, что в жизни мальчика слишком рано появляются предрассудки и стереотипы, формируя и искажая представления даже самых заботливых взрослых. Проведя тщательное исследование четырех-пятилетних мальчиков, психолог из Стэнфордского университета Джуди Чу изучила, как родители и учителя определяют, «какими должны быть мальчики». Она заметила: некоторым мальчикам закаляли характер; им запрещали поступать определенным образом и требовали «излишнего соответствия» культурным нормам и давлению, которое оказывалось в рамках взаимоотношений. После двух лет пристальных наблюдений открытые и искренние мальчики стали сдержанными и напряженными. Джуди Чу пишет: «То, что нередко считают и называют естественным для мальчиков, на самом деле не заложено в них природой, а является результатом адаптации к культуре, требующей от мальчиков мужественности, решительности, конкурентоспособности — если они желают, чтобы их распознавали и принимали как „настоящих мальчиков“»[6].

Судя по моему опыту, стереотипы о мужчинах встречаются повсеместно, мы следуем им невольно и они влияют на восприятие самого понятия «мальчик». Одна моя подруга, преподающая биологию в старшей школе, несколько лет назад вынашивала близнецов и говорила: «Я знаю, который из них мальчик». Я полюбопытствовал, как именно она это определила. На что получил объяснение: «Мальчик пинается». Ниобе Уэй, профессор Нью-Йоркского университета, в результате наблюдений за развитием юношей заключила: распространенные суждения о них почти никак не подкрепляются фактами и еще меньше — их истинными нуждами. Вопреки сложившемуся мнению, будто мальчики предпочитают независимость и не заинтересованы в тесных связях, дети, участвовавшие в исследованиях, признавались, что погибнут или сойдут с ума без своих друзей. Профессор обращает внимание на следующую закономерность: в основе нездоровых семейных отношений и

образовательных практик, а также знакомых всем вызванных усталостью проблем (таких, как низкая успеваемость, стремление к уединению, зависимости и плохое поведение) лежат устоявшиеся культурные представления о мальчиках[7].

Когда я только-только впервые стал отцом, в глаза начали бросаться, порой сбивая с толку, культурные предрассудки, о которых я почти не имел представления. Мы с семьей жили в одном из типичных для Филадельфии районов, где дома тянутся рядами. Отправившись в конец улицы, можно было наткнуться на небольшую спортивную площадку — там группы мальчишек ежедневно играли в лакросс или баскетбол. Мой сын обожал спорт и любил игры, однако он не был готов к тому, что произошло, когда его товарищи достигли подросткового возраста. Несмотря на годы совместных игр, веселья и беготни по округе, некоторые мальчишки выросли злыми и будто забыли о прежней дружбе. В конце концов они подбили всю группу ополчиться против моего сына, отказаться от общения с ним и изгнать его с территории площадки. Раз за разом он плелся домой, поджав хвост.

Поначалу я не позволял ему сидеть дома одному и смотреть телевизор или играть в видеоигры; вместо этого я сам играл с ним, пытаясь укрепить его уверенность в себе, дабы впоследствии он снова попробовал выбраться на площадку. Но одним воскресным утром, уже отдохнув после тяжелой рабочей недели и заметив, как мой сын вновь возвращается с игровой площадки расстроенный, я встал у входа в дом и сказал, что не пущу его. «Разберись с этим сам, — потребовал я. — Я буду стоять здесь хоть до скончания века, однако сдаться тебе не позволю». Он попытался пробиться в дом силой; его стыд и разочарование вскоре обратились в ярость и злобу. Он заорал, что не желает идти обратно на площадку, после чего окончательно размяк и принялся кричать и плакать, пытаясь пробраться внутрь. Я твердил: «Ты справишься. Не сдавайся». Из дома вышел сосед: ему, должно быть, показалось, я издеваюсь над ребенком.

Но желал ли я помочь сыну? Или всего лишь подчинялся стереотипу о том, что мальчики не должны смущаться драки? Разве мой урок не заключался в том, что мужчина всегда должен справляться с трудностями — и неважно, сильно ли он напуган или разбит? Пытаясь побороть ситуацию, как мне казалось угрожающую будущему моего сына в компании мальчишек, я, кроме того, боролся еще и с чем-то в глубине своей души. Насколько большой вклад в происходящее внес мой собственный страх: моего сына изгонят с площадки окончательно, оградив его от «мальчишеских» забав и вынудив его жить в более мирной

обстановке?

Мне повезло. Я сумел определиться и найти ответы на эти вопросы. Вскоре после колледжа я начал практиковать консультации со сверстниками, и именно это стало знаковым поворотом судьбы, благодаря которому изменилась моя жизнь, а впоследствии — и определилась будущая карьера. Я научился слушать и в свою очередь высказываться — терпеливо, открыто, ничего не упуская. Я работал с обычными людьми, помогая им справляться с напряжением и предрассудками, мешающими нам полноценно жить. Именно так: клиенты избавлялись от устаревших представлений о взаимоотношениях и учились выстраивать связи по-своему. Мне то и дело приходилось выговариваться, распутывать хитросплетения чувств и проблем, избавляться от давно накопившегося напряжения, и в итоге я почти до совершенства отточил умение быть честным с тобой. Кроме того, постоянно слушая других, я в общем и целом стал более чутким. Шли годы, и, постоянно разбираясь в своих реакциях, ощущениях и мыслях, я сумел справиться с такими непростыми событиями, как смерть брата, а также со стороны взглянуть на наклонности, привитые мне уже в юные годы и ограничившие мое мировоззрение. Я даже начал понимать, в каких случаях учу сыновей важному скорее для меня, а не для них.

Анализируя случай, описанный выше, я осознал, что пытался схитрить и одновременно сделать две вещи: пожалеть сына, поскольку друзья отнеслись к нему нехорошо, и убедить его добиваться своего, невзирая на препятствия. Я желал преподать сыну важный урок, которого так недоставало мне самому в ранние годы: человек сам способен определять будущее, и неважно, насколько безнадежным или потерянным все кажется сейчас. Позже, когда мы уже успокоились и сидели рядом, я попытался передать сыну свою мысль — так, чтобы он выслушал меня, не испытывая при этом прежней досады, страха и грусти; тем не менее я наверняка пропустил в свои слова некую долю волнения. Мой сын и без того был крайне расстроен; если бы я дал волю эмоциям, это расстроило бы его еще сильнее.

Родители мальчиков нередко ощущают себя так, словно вот-вот сорвутся. Когда сыновья начинают вести себя определенным образом — не проявляют интереса к учебе, эгоистично ведут себя дома, не могут наладить общение со сверстниками, недружелюбно относятся к сестре или брату, не принимают активного участия в спортивных состязаниях, становятся встревоженными, или раздраженными, или стеснительными, — родители не выдерживают. Они вмешиваются в жизнь ребенка,

снедаемые тревогой или раздражением. Они пытаются давать советы, и расстраиваются, и тревожатся лишь сильнее, если сыновья не понимают их.

К счастью, мы с сыном сумели преодолеть произошедшее у двери нашего дома, хотя впереди нас ожидали и иные испытания. Мой сын вырос чудесным, терпеливым преподавателем для мальчиков и любящим отцом для своего собственного сына. Я не уверен, понял ли он тогда то, что я желал ему объяснить. Но, как и любой мальчик, он прошел через множество, множество проверок на прочность, и ему определенно пришлось воспитать в себе отвагу. Наши отношения многое преодолели, и, уверен, он понимает: даже будучи неуклюжим в своих попытках, я все равно всегда готов помочь ему разобраться со сложными жизненными проблемами.

Наши мальчики

Я поставил вопрос перед группой родителей мальчиков-подростков: «Бывало ли так, чтобы кто-то — учитель, тренер или наставник — действительно помог вашему сыну?» У каждой матери и отца нашлись воодушевляющие примеры. Чем больше историй они рассказывали, тем теплее становилась атмосфера. Еще до этого мы все попросили в молитве, чтобы наши сыновья жили счастливо и благополучно, они пустили корни глубоко в землю и тянулись ввысь к мечтам. И не было большего блага для родителей, чем помощь со стороны!

Поразительно, насколько эмоционально родители описывали то, как кто-то помог их сыну. Кто-то из отцов рассказал о случае, когда его сын сначала попался на баловстве, а затем солгал учителю. Отец не оправдывал поступка ребенка; наоборот, ему не нравилась привычка врать и он считал ее пагубной. Мальчику не повезло: на следующий год у него начал вести математику тот самый педагог, которого он обманул. Однако преподаватель не стал основывать свою работу на негативном впечатлении, которое тот произвел в прошлом году; он вел себя с мальчиком так, будто последний всего лишь ошибся и теперь может начать все с нуля. Учитель с удовольствием дополнительно занимался с учеником и справлялся, насколько он уверен в своих силах. В конце учебного года успеваемость ребенка достигла невиданной прежде отметки, он стал намного увереннее чувствовать себя на уроках математики, а помогавший ему педагог вошел в число его любимых учителей.

Одна мама рассказала о том, как однажды ее сын заболел и

нуждался в длительной госпитализации. И, пока ребенок находился в больнице, его учитель не только постоянно связывался с ним по поводу домашнего задания, помогая поспевать за программой, но даже пришел в больницу и принес письма от одноклассников. Мама призналась в своих чувствах к преподавателю: «И тогда я поняла: мой сын нужен не только родителям; есть и другие люди, которым не безразлична его судьба. Педагог потратил свое свободное время, чтобы посетить ученика и узнать о его самочувствии. Хотя это не входило в его обязанности. Я всегда считала своего сына изумительным, однако меня поразило то, что кто-то еще считает его особенным. Я до конца жизни буду благодарна этому учителю».

Тем временем другая мама рассказала историю о тренере, который особенно постарался отточить спортивные навыки ее сына — и мальчик стал хорошим спортсменом, его заметили тренеры регионального уровня. Когда я спросил у матери, что она ощущала, наблюдая за отношениями между сыном и его тренером, та ответила: «Облегчение». «Облегчение?» — спросил я. Она объяснила: «Благодаря взаимоотношениям с тренером он поверил в себя. Больше всего я боялась, что он не сумеет распознать свой талант. Но теперь, как мне кажется, он сделал важное открытие — и будет вспоминать до конца жизни».

Возможно, эти чувства и свойственны любому родителю, рассказывающему о своем ребенке. Однако мне показалось, они особенно сильны потому, что мы говорим о мальчиках. Все промолчали о сомнениях, которые родители испытывают по поводу воспитания мальчиков, особенно сегодня. Слишком уж многое может сломать сыну жизнь. Дэвид Стейн, автор книги «Unraveling the ADD/ADHD Fiasco»[2], утверждает: поведение мальчиков часто приводит к тяжелым последствиям. Например, он приводит статистику: на каждую девочку с каким-либо психическим расстройством приходится пять таких же мальчиков[8]. В статье 2012 года, посвященной гендерным предпочтениям приемных родителей, сообщается: девочек предпочитают принимать в семьи почти на 30 % чаще, чем мальчиков. Исследователи объясняют это тем, что с девочками «меньше рисков»[9].

Такие наблюдения особенно тревожат сегодня, когда можно заранее узнать пол будущего ребенка. Актер Джастин Бальдони, в первую очередь известный по роли Рафаэля Солано в сериале «Девственница Джейн» (канал «The CW»), в разговорах и публикациях делится воспоминаниями о том времени, когда его жена вынашивала их сына. Недавно он написал следующее: «Живот моей жены все рос, а в моей душе тем временем росло

неуместное чувство — ужас». Что же пугало Джастина? Бальдони не слишком дружил с собственным организмом и боялся, как бы сын не повторил его ошибок. «Я не хотел, чтобы он хоть сколько-нибудь был похож на меня. Я хочу, чтобы он был умнее, счастливее и успешнее меня»[10].

Каждый хоть раз слышал историю о мальчишке, который ввязался в неприятности. Одна из таких историй — о мальчике-семикласснике.

Когда мне позвонила мать Дэвида, Лили, он уже совсем отбился от рук: даже будучи довольно способным, он не успевал в школе, поскольку ленился и часто баловался; он вызывающе вел себя с родителями и плохо, порой даже издевательски обращался с младшей сестренкой. Его мама попыталась обратиться в службу поддержки родителей, однако те порекомендовали относиться к сыну строго, но с любовью — и лишь все усугубили. Когда я лично встретился с Дэвидом, то выяснил следующее: мальчик был уверен: мама его не любит, она его разлюбила. В пылу очередной ужасной ссоры она теряла власть над собой и заявляла: «Я не хочу быть твоей матерью». Это повторялось какое-то время, а когда Дэвид стал юношей, то еще сильнее воспротивился попыткам воспитать его.

Я встретился с Лили тет-а-тет и спросил, любит ли она своего сына; та призналась: сначала ей было сложно разобраться в себе, поскольку она мечтала родить дочь, — это и произошло несколько лет спустя. Когда она рассказала о первых родах и младенчестве Дэвида, я понял: Лили переживала послеродовую депрессию, а крики сына вызывали у нее желание заткнуть уши. Напуганная, ничего не понимающая, Лили часто раздражалась и не хотела реагировать на плач ребенка. Отношения, установившиеся с сыном с самого начала, всего лишь разрослись в непонимание и злобу, когда тот стал подростком.

Оставаясь наедине со мной, Дэвид вел себя очень даже дружелюбно, и со временем нас с ним связали крепкие узы. Он видел, мне нравится с ним общаться, и считал себя одаренным и славным мальчиком. Мы смеялись вместе, а я был осторожен и ни в коем случае не винил его в ссорах с родителями, плохих оценках или проблемах с поведением; вместо этого я во всех случаях говорил, что он молодец и старается изо всех сил. В конце концов я довел наши отношения до такого уровня, когда смог спокойно указать ему на пагубные черты его поведения — и юноша признался в желании их исправить. Я также серьезно побеседовал с родителями Дэвида и посоветовал отсрочить любые принуждения и наказания; кроме того, поработал с его матерью — в частности, чтобы пробудить в ней любовь к

мальчику. Поскольку ее сын был сильным, спортивным юношей, любящим поозорничать, я предложил ей практиковать битвы на подушках и совместное безобидное баловство.

Не все шло гладко. Дэвид поначалу недоверчиво относился к любви, которую пыталась проявить его мать, а Лили с трудом сдерживалась, чтобы не бранить его за дерзкое поведение и за то, что он не ценит ее стараний. Но когда Дэвид подрос и начал интересоваться девочками, я поднял ставки. И объяснил ему: отношения с матерью — чувства к ней, опыт близкого общения и проявляемое доверие — станут основой для его взаимоотношений с женщинами. Я посоветовал ему выстроить здоровые, близкие отношения с матерью, чтобы они оба смогли забыть о болезненном прошлом. Кроме того, я запретил ему плохо обходиться с сестренкой. Шло время, и, с активной поддержкой матери, Дэвид избавился от дурных привычек, приобретенных в ранние годы своей жизни.

Когда Дэвид был уже девятиклассником, за несколько месяцев до Дня благодарения мы перестали с ним видеться; тем не менее в праздник я получил электронное письмо от его матери:

«Я всего лишь хотела пообщаться с вами по поводу Дэвида. То, что мне так долго не приходилось связываться с вами, — добрый знак. Как бы то ни было, Дэвид изо всех сил работает над собой. Надеюсь, прислав это письмо, я не спровоцирую действие закона подлости. Я часто думаю о вас и о том, как сильно вы ему помогли. А теперь, наконец, я пожинаю плоды своих стараний. Дэвид намного сильнее привязался к своему отцу и ко мне. Он стал чуть лучше относиться к сестре. (Кажется, он не начнет искренне любить ее до тех пор, пока она не вырастет.) Кроме того, он начал вести себя ответственнее и научился признавать свои ошибки. А важнее всего то, что он позволяет мне быть его матерью. Словами не выразить, насколько я вам благодарна. Ваша помощь была бесценна!»

Семья Дэвида оказалась в беде, а сам мальчик чуть не сошел с пути окончательно, пустив жизнь под откос. Оценивая этот случай, я сделал вывод, что кризис в семье случился из-за ошибки в суждениях родителей: они были уверены, будто их сын ведет себя плохо по собственной воле и всего лишь проверяет, как долго его мать и отец продержатся в яростной борьбе за влияние. В конце концов родители убедили себя, будто лучшая реакция на плохое поведение сына — это принуждение и нравственное порицание.

Мое вмешательство подразумевало прямо противоположное направление мысли: я предположил, что мальчики по природе

нуждаются в доверительных отношениях с родителями. Я расценивал Дэвида как ребенка, травмированного тем, что его отвергла мать, которая не могла разобраться в своих чувствах и потому сдерживала их. Я говорил с ними обоими о проблемах, с которыми Лили столкнулась сразу после родов, задавших пагубный тон ее отношениям с сыном. Дав Дэвиду осознать несправедливость обвинений со стороны его родителей, а Лили — проявить любовь к сыну и добиться его уважения, я позволил обоим убедиться в том, что понимаю их. После чего сумел надавить на Дэвида, дабы тот начал вести себя лучше: мне удалось вдохновить его стать таким мужчиной — старшим братом, сыном, учеником, спортсменом, — каким он всегда желал быть.

Если семья не способна справиться с воспитанием сына, очень важно выявить основные причины проблемы — это позволит понять, почему же подход к ребенку не сработал. Необходимо составить четкий список возможных недостатков воспитания. Если получится выявить, почему все пошло не так, удастся и разработать новый подход — в котором уже будет осознанно учитываться потребность мальчика в отношениях. Во многих семьях образуется огромная пропасть между направленными на сына ожиданиями и тем, что ребенок представляет собой на самом деле. Расплачиваться за это приходится мальчику — тем раньше, чем нетерпимее и равнодушнее его родители. Большинство мальчишек с самого начала изо всех сил стараются оправдать надежды и ожидания родителей; некоторые заключают: все усилия тщетны, а потому ищут самореализации в другом месте. Однако послушание и яростное желание угодить приводят к негативным последствиям: мальчик находит смысл жизни в ублажении окружающих. Привычное многим родителям проявление любви не позволяет мальчикам ощутить себя в безопасности.

Родители будто уверены: жизнь предоставит им именно такого сына, о котором они всегда мечтали, а если это оказывается не так, то они силой загоняют ребенка в симпатичные им рамки. Сколько раз в той или иной форме мальчики слышали от родителей, что пора «вести себя по-мужски»? «Трудиться усерднее» в учебе или спорте. «Добиваться». «Подавлять» чувства и проявлять больше «воли» и решимости? Старомодные представления о мужественности — «все можно решить упорным трудом» — не учитывают научных наблюдений о том, как именно развивается сила воли и насколько трудолюбие переплетено с эмоциональным состоянием мальчика. Попытки загнать ребенка в заранее определенные рамки дают ему понять о

себе лишь одно: он недостаточно хорош.

Стереотипы о мужчинах

Британский писатель Джордж Оруэлл, автор романа «1984», в молодости работал полицейским в колониальной Бирме. В 1936 году он написал эссе «Как я стрелял в слона» — вольную интерпретацию собственного опыта. Согласно сюжету, полицейский с трудом выполняет данное ему задание — убивает взбесившегося слона, бегающего по улицам. Полицейскому нужно было не только застрелить животное, но еще и казаться при этом хладнокровным, умелым, уверенным в своих действиях человеком. Цитата из этого произведения открывает фильм «Маска, в которой ты живешь», представленный в рамках кинофестиваля «Сандэнс» в 2015 году. Картина «показывает жизнь мальчиков и юношей, которые изо всех сил пытаются оставаться собой и при этом вписываться в четкие представления Америки о настоящих мужчинах». Как писал Оруэлл: «Постоянно скрытое маской лицо со временем неотвратимо срастается с нею»[11]. На самом деле метафора с маской отнюдь не полноценно отражает масштаб потерь, переживаемых мальчиками. Американская организация «Promundo-US», мировой лидер по образовательным и социальным программам для мужчин и мальчиков, в 2017 году опубликовала результаты исследования стереотипных представлений о поведении «настоящего мужчины». В понятие «настоящий мужчина» входит то, каким должен быть нормальный представитель мужского пола: ему должны быть свойственны и самостоятельность, и грубость, и физическая привлекательность, и гомофобия, и гиперсексуальность, и напористость, и властность. Исследователи провели опрос среди жителей США, Великобритании и Мексики в возрасте от восемнадцати до тридцати лет и обнаружили, что результаты по таким показателям, как склонность к жестокости, издевательствам, сексуальному насилию, депрессии и суицидальным мыслям, в поразительной мере отличается у молодых людей, придерживающихся — и не придерживающихся — стереотипного поведения. Группа ученых заключила: «Негативные последствия стереотипного представления о „настоящих мужчинах“ тяжелы, реальны и негативны. Большинство представителей мужского пола, следующих правилам „настоящего мужчины“, намного чаще рискуют здоровьем и благополучием, отказываются от близких отношений с друзьями, не обращаются вовремя за помощью, страдают от

депрессии и часто задумываются о самоубийстве»[12].

Самые первые ученые, занимавшиеся гендерными проблемами (такие, как Сандра Бем, первооткрывательница в вопросах полярной разницы между полами и гендерными стереотипами[3]), утверждали: мальчики намного сильнее привязаны к гендерным нормам, нежели девочки. Одно дело, когда девочка растет «сорванцом», и совсем другое, когда мальчик — «неженкой». И дома, и на людях мальчиков, отошедших от стереотипного поведения, отчитывают строже. В своей книге «Смелость вырастить хороших мужчин» семейный психотерапевт Ольга Сильверстайн привела в пример научный эксперимент, в ходе которого мать приходила в больницу, держа на руках младенца в белой одежде, без явных признаков принадлежности к полу. Когда медсестра приглашала мать в кабинет, та вежливо просила кого-либо в очереди подержать «дочку» или «сына», обещая вскоре вернуться. Все записывалось на скрытую камеру. Когда младенец играл роль девочки, окружающие прижимали его к себе, говорили и играли с ним; если же ребенок был «мальчиком», его чаще всего усаживали на ковер со связкой ключей в руках вместо игрушки[13].

Матери играют важную роль в становлении мужества их сыновей. Во время написания книги «Миф о маменькином сынке: Чем ближе мы к своим сыновьям, тем они сильнее» журналист Кейт Стоун Ломбарди беседовала с матерями, воспитывающими сыновей, чтобы изучить, как культурное давление повлияло на их взаимоотношения. Она выяснила: матерей тяготят строгие предрассудки, вынуждающие их отдаляться от сыновей даже вопреки здравому смыслу. Ломбарди написала: «Уже не меньше сотни лет всеобщее представление о матерях и сыновьях выглядит следующим образом: случаи, когда мать поддерживает близкую эмоциональную связь с сыном, достигшим, скажем, нежного возраста пяти лет, уже считаются неприемлемыми. Она, эта мать, душит сына своей любовью и не позволяет ему вырасти сильным, независимым мужчиной»[14].

Исследователи из организации «US-Promundo» опрашивали респондентов о различных источниках давления, формирующих привычные представления о мужественности. 60 % американских юношей согласились со следующим утверждением: «Родители учили меня, что „настоящий мужчина” выглядит сильным, даже если на самом деле он взволнован или напуган». В их юношеские годы и родители, и общество предъявляли на удивление схожие требования. Трое из четырех опрашиваемых соглашались с фразой: «Юноша должен быть сильным, даже если в душе он напуган или взволнован», а 68 % подписались под утверждением:

«Юноша, который не может дать отпор обидчику, — слабак»[15].

Воспитание мужественности в мальчике начинается в семье, а в школе лишь набирает обороты. Наблюдая за группой детей от четырех до шести лет в течение времени, когда они посещали подготовительный класс и детский сад, Джуди Чу видела, как прямолинейные, открытые, чуткие и внимательные мальчики учились притворяться и держать чувства в себе. Как сказала Чу, они стали «циничными» и «сдержанными», менее «жизнерадостными» и более «недовольными». Она заключила, что развитие мальчиков идет по пути «от чуткости к притворству через установки»: мальчики со временем осознают значимость не их истинного лица, а того, насколько хорошо они справляются со своей ролью[16].

Одним притворством потери мальчиков не ограничиваются. Стереотипные представления о мужественности — распространенные в культуре, пропагандируемые средствами массовой информации, играми и телевидением — приводят к тому, что мальчик идет на чрезвычайные меры. В исследовании Джуди Чу были мальчики, которые собирали «команду задир» и отправлялись «докучать людям» — а именно одноклассницам. Любой намек на сочувствие в сердцах мальчиков подавлялся групповым мышлением.

Обеспокоенность по поводу воспитания мальчиков нарастала уже в девяностые, однако проблемы юношества живы и по сей день. Согласно данным Центров по контролю и профилактике заболеваний США, родители мальчиков в возрасте от четырех до семнадцати лет обращаются за помощью в службы здравоохранения или к сотрудникам школ в два раза чаще родителей девочек. Мальчики, в отличие от девочек, не только легко идут на риск, не проявляют должной внимательности на уроках и притягивают проблемы, но и обладают менее развитыми социальными и поведенческими навыками, определяющими успеваемость в школе; мальчики чаще непоседливы, скучают на уроках, дерзят и не поддаются контролю. Постоянно мешая окружающим, а также не умея или не желая слушаться взрослых, мальчики вынуждают учителей применять воспитательные меры. Именно мальчиков в первую очередь подвергают дисциплинарным наказаниям, им первым прописывают медикаменты — хотя, согласно оценке Л. Алана Сруфа, исследователя из Миннесотского института развития ребенка, «на сегодняшний день не было обнаружено долговременного положительного влияния медикаментов, предназначенных для лечения синдрома дефицита внимания, на успеваемость, взаимоотношения с ровесниками или поведение»[17].

Кроме того, мальчики чаще девочек совершают поступки, приводящие к болезни, травме или смерти — как их, так и кого-то другого: они чаще носят с собой оружие, чаще дерутся, реже пристегиваются за рулем, чаще водят автомобиль в нетрезвом состоянии, чаще занимаются незащищенным сексом, чаще употребляют алкоголь или наркотики перед сексом. Вызывает тревогу связь между традиционными нормами мужского поведения и асоциальными поступками. Еще одно исследование на стыке культур, проведенное антропологом Дэвидом Гилмором из Университета Стоуни-Брук, показало: различные женоненавистнические практики, которые можно назвать одним термином — «мужское расстройство», лучше всего объясняются попытками мужчин подавить в себе все то, что они считают женственным. Дэвид Гилмор писал: «Мужчины, которые ненавидят женщин, еще больше ненавидят самих себя»[18].

Жизнь в рамках стереотипов или под покровом маски не просто ограничивает мальчиков, она также уничтожает их доброту и достоинство. Прячась за маской, притворяясь внешне, мальчики отделяются и отдаляются от окружающих, обретая ложные нравственные ориентиры и сбиваясь с пути навстречу отношениям. Притворство подавляет подлинные чувства, внешняя «крутость» оказывается сильнее искренности, а неуспеваемость заменяет трудолюбие. Все заявления родителей о честности, справедливости и искренности теряют значимость на фоне компании сверстников и вечеринок в стиле «Зверинца» Джона Лэндиса[4]. Вынужденные соответствовать стереотипам, мальчики восприимчивы к тому, что спешит захватить их разумы и сердца. Например, отдалившихся от семьи мальчиков чаще привлекает порнография, искажающая восприятие сексуальности и любви. И список можно продолжать.

Хорошие новости

К счастью, проблемы мальчиков решаемы. Если мы достаточно отважны, мы сумеем открыться подлинному мальчишескому опыту и создать атмосферу, которая позволит нашим сыновьям быть собой. Целый поток литературы о мальчиках, выпущенной в конце 1990-х годов, предложил нам ценные наблюдения. Вот только эти книги в основном придерживались одного из двух полярных мнений: первое — мальчики от природы любят шумные игры, злятся без причины, беспрестанно рискуют; второе — мальчики на самом деле наивные и невинные создания, ставшие жертвами общественного

давления, молчаливыми мучениками. В обоих случаях мальчиков выставляют жертвами — с генетической или общественной точки зрения. Однако нигде не упоминается, что больше всего радости и вдохновения мальчикам дарует их собственное воображение.

Тем не менее я продолжаю надеяться, исторический прорыв в данном вопросе уже не за горами. Хотя мальчиков продолжают ограничивать мифами и предрассудками родом из прошлого, а более здоровым способам стать мужчиной никак не удается заменить старые представления, противоречия между финансовым положением граждан, динамикой развития института семьи и традиционными нормами обязаны породить новое представление о мужественности. И, поскольку новые общественные требования разоблачают совершенную ограниченность старых методов воспитания, популярность обретут свежие идеи.

Вот несколько коротких примеров, по которым можно судить о возможном будущем.

Когда знаменитая школа-интернат, 150 лет обучавшая лишь мальчиков, ввела совместное обучение, она столкнулась с невиданным прежде числом прогулов. Прошло всего несколько лет с тех пор, как в школу пришли девочки, — и вдруг ученики девятых-десятых классов начали бросать учебу. Меня попросили поговорить с юношами, их семьями и учителями, чтобы понять, почему мальчики несчастны на этот раз. Ответ был прост: на глазах у педагогов — это считалось нормальным, и никому в голову не приходило жаловаться, — практиковалась дедовщина — старшие студенты издевались над младшими, а у девочек ничего подобного не было. Мальчики, поступив в школу, проходили через жесткие ритуалы взросления, переживали немало насилия — и взамен тешили себя надеждой отыграться на следующем поколении учеников. Этой традицией гордились; родители, учителя, консультанты и школьная администрация негласно сходились во мнении, что она воспитывает в мальчиках характер. Вот только у девочек был совсем иной опыт — и мальчикам все труднее и труднее было мириться с этим. Школа пользовалась извращенной методикой воспитания и неверно растила мальчиков.

Я поделился наблюдениями и предположил: существует связь между дедовщиной и прогулами; в итоге руководство школы предприняло решительные меры. Оно пересмотрело методы воспитания учеников младших классов, введя концепции «защиты» и «наставничества», и методично избавилось от третирования новичков. Изменения дались нелегко, однако традиция постепенно исчезла, и мальчики перестали бросать

занятия. Сегодня эта школа уверенно занимает позицию передового образовательного учреждения.

Второй пример — из тура вопросов и ответов, который начался после моего обращения к родителям с речью. Было ясно: они вышли из дома зимним вечером лишь из-за надежды помочь своим сыновьям. И матери, и отцы рассказывали личные истории о переживаниях, потерях и печалях. Одна из матерей подняла руку. Она воспитывала сына одна, с отцом ребенок не видится, и ей все тяжелее и тяжелее было справляться с мальчиком. Сын отдалился от нее, стал неприветливым и совершенно не воспринимал попытки матери хоть в чем-то ограничить его.

Женщина спросила: «Так бывает? И нужно ли мне отправить его к отцу, раз он уже подросток?»

Кто-то из присутствующих понимающе кивнул и даже согласился с предложенным решением. С самого начала карьеры я в той или иной форме слышал этот вопрос, а потому сейчас нисколько не удивился ему. Я участвовал в дискуссиях экспертов и встречал уверенное: конечно, лишь мужчина может сделать мужчину по-настоящему мужественным. Хотя один эксперт, кстати, заметил: это мать должна «выстроить мост к отцу» для своего сына.

Мнение, что лишь мужчина может научить мальчика быть мужчиной, несовершенно на нескольких уровнях. Во-первых, этому нет никаких научных доказательств. На самом деле такого рода наставничество лишь увековечивает устаревшие взгляды. Конечно, мальчики могут узнать много важного благодаря дружбе с мужчиной: увидеть, как он просыпается, бреется, общается с домашними, выполняет обязанности. Мальчики любят, когда другие мужчины делятся с ними мудростью. Однако восприимчивыми к стереотипам мальчиков делает отсутствие крепких взаимоотношений. Тем не менее, сосредоточившись на одной только мужественности, мы забываем о необходимости воспитывать в мальчике человечность и прививать ему навыки, нужные для достижения успеха в современном обществе.

Вот мой ответ той матери: «Меня всегда радует крепкая связь между мальчиками и их отцами, однако миф, будто матери должны держаться в стороне от этих отношений из страха навредить мужественности своего сына — превратить его в маменькиного сынка, — нарушает любые представления ученых, исследующих психологию развития, о том, как сильно ребенок нуждается в надежных, доверительных отношениях. У мальчиков, как и у девочек, имеются основные человеческие потребности, о которых стоит забывать лишь в минуты опасности. Ребенок, которому недостает безусловного одобрения и любви со стороны

родителя — или хотя бы кого-нибудь еще, — вырастет не таким храбрым, не столь уверенным в себе, более восприимчивым к негативному влиянию. Прошу, не отдаляйтесь от сына, — взмолился я. — Если вы будете поддерживать его на пути во взрослый мир, ему будет намного проще».

Отцы кивали и изумлялись моим словам; во взглядах матерей я видел благодарность и проснувшуюся вновь решимость. Больше всего меня поразило то, как сильно на ту мать влияли неверные представления, противоречащие ее родительскому чутью, — и как она рада была разрешению подчиниться своей интуиции.

Третий пример запомнился мне благодаря программе по предотвращению насилия, разработанной для мальчиков-подростков, живущих по соседству со мною — в Филадельфии и около нее. Поскольку свидетели насилия нередко сами становятся жестокими людьми, группа исследователей под моим руководством начала с того, что оценила, насколько мальчики уязвимы в этом плане: как часто становятся свидетелями драк, наблюдают перестрелки или слышат выстрелы, напрямую подвергаются действиям преступников или угрозам. Нашей целью было создать программу на основе достоверных данных о том, насколько регулярно мальчики переживают опыт, запускающий реакцию «бей или беги», и насколько данный опыт жесток.

Полученные результаты заставили нас похолодеть. Несмотря на наличие веских доказательств того, что уровень внешнего стресса у мальчиков ненормален, мы столкнулись с недоверием со стороны спонсоров и консультативного совета: они усомнились, поможем ли мы мальчикам, если вмешаемся в их жизнь в попытке защитить и спасти от разрушительного влияния стресса. Некоторые не согласились с тем, что мальчики переживают слишком много стрессовых ситуаций, мальчиков слишком загоняют, у них слишком мало сил, общественные нормы слишком яростно пропагандируют жестокость. Нашим мыслям противопоставили старые предрассудки, основанные на расовой, классовой и половой принадлежности, и добавили: ничего менять не нужно.

Однако нежелание подвергать мальчиков двойному риску было слишком велико. Мы организовали группы продленного дня и вскоре обнаружили: многие мальчики были совсем не прочь поговорить с другими детьми и взрослыми руководителями о различных сторонах своей жизни. Многие ребята посещали группу годами: они общались, играли — другими словами, справлялись с напряжением, которое накапливалось дома, в школе и на улице. Открытые дискуссии позволяли им честно делиться эмоциями и, как показали результаты исследования,

избавляли их от склонности к неосознанному повторению жестокого поведения.

Многим были близки чувства, озвученные Терренсом: хоть ему и приходилось порой защищаться посредством силы, он «не любил драться». Маленький мальчик Хуан развил мысль: «Вообще-то, я не драчливый человек. Я вроде как любимец женщин. Я не дерусь. Вообще-то, получается, я предпочитаю любовь драке, правильно? Я пишу стихи. Я разное умею».

Воспитать достойного мужчину

В каждом из примеров обращение к подлинным эмоциям мальчиков оказалось сильнее сложившихся предрассудков. Если воспитание мальчиков начинается с развития их потенциала, то влияние семьи, школы и общества может быть совершенно разным. Марта Нуссбаум, профессор права и этики Чикагского университета, утверждает: с точки зрения морали подходящим мерилом заботы о ребенке является его способность понимать «что люди могут делать и кем они могут стать»[19]. Она считает, этичное общество определяет умение создавать условия — ресурсы и взаимоотношения, — позволяющие детям превращать свои внутренние способности в реальные умения. Какие же условия позволят мальчикам полностью реализовать свои способности?

Мысли разных исследователей по данному вопросу движутся в одну и ту же сторону. Психолог Ниобе Уэй говорила: «Людьми нас делают взаимоотношения и эмоции, и мы должны определить, как развиваться в этих двух направлениях»[20]. Тем не менее она наблюдала значительные изменения в качестве отношений у мальчиков раннего и позднего подросткового возраста. Пусть мальчики помладше и проявляли заботу, желание общаться, делились личным и сокровенным друг с другом в детстве, в юности им не удавалось избежать культурного давления. В итоге отдалившись от близких друзей, мальчики теряли связь с главным источником отношений и эмоций. Они даже теряли желание выражать чувства из страха показаться геями. Жизнь без друзей казалась мальчикам мрачной, а иногда и вовсе невыносимой, но лишь немногие из них сумели пойти против течения. Большинству так или иначе пришлось прийти к уже знакомому нам узкому спектру эмоций, социальной изоляции и притворству.

Выводы Уэй согласуются с выводами других ученых из различных областей. Недавние исследования мозга показывают,

насколько традиционные представления далеки от истины. Психиатр Эми Бэнкс из Института Джин Бейкер Миллер (Колледж Уэллсли) утверждает следующее: толкование понятий «независимость» и «индивидуальность», лежащих в основе юношеской системы ценностей, противоречит человеческой природе. Кроме того, она добавляет: относительно новая область науки — нейробиология отношений — учит, что контакт с другим человеком — это не просто приятное, случайное дополнение к жизни, а основа благополучия. Любой человек, как мужчина, так и женщина, «создан для жизни в окружении любящих людей»[21]. Когда человек отказывается от связей, на его мозг обрушивается целый водопад негативных последствий. Здоровье и счастье — вот в чем живительная сила отношений.

Доказательство можно найти в нашем мозге и других органах. Бэнкс выделяет четыре вида нейробиологических систем, призванных способствовать нашему общению с окружающими: блуждающий нерв отвечает за нужные эмоции в социальном контексте; дорсальная часть передней поясной коры головного мозга управляет нашим откликом на социальную изоляцию и боль; система зеркальных нейронов помогает понимать окружающих и эмоционально отзываться на них; а дофаминовая система поощрения позволяет наслаждаться общением. Эти нейробиологические наблюдения во многом помогают воспитанию.

В своей книге «Parenting from the Inside Out: How a Deeper Self-Understanding Can Help You Raise Children Who Thrive»[5] Дэниэл Сигел и его соавтор Мэри Хартцелл оспаривают традиционное мнение о том, что «мальчуковость» мальчиков заложена в них природой и наследственностью. «Биология — это *опыт*, — утверждают ученые. — Наше отношение к детям влияет на их представление о себе»[22]. Именно «нейробиология взаимоотношений» предопределяет, какой моделью мышления дети будут пользоваться в общении с окружающими, ведь, согласно канадскому психологу Дональду Хэббу, «нейроны, которые разряжаются вместе, связаны».

Сигел и Хартцелл приводят в пример изыскания, полученные в ходе примечательного исследования развития детей. Под руководством ученых родители заполнили специальную анкету, позволяющую оценить качество отношений между родителем и ребенком. Данный тест с 85-процентной точностью определил дальнейшие изменения в качестве взаимоотношений. Получается, заявление «мальчишки есть мальчишки» в корне неверно. «Взаимодействие с окружающей средой, и особенно отношения с другими людьми, напрямую определяется развитием структуры и

функций мозга», — заключает Сигел[23].

Мальчики особенно уязвимы в раннем подростковом возрасте. В сердце каждого ребенка природой заложена верность опекуну. И любой разочаруется, если, словно канарейка в шахте, начнет задыхаться от недостатка необходимых для развития условий: контакта с окружающими, чьей-то помощи, ощущения безопасности, любви. Чтобы закалить характер мальчика, необязательно наказывать; чтобы научить мальчика самостоятельности, не нужно оставлять его в одиночестве. Многие родители недооценивают важность крепких уз. Мальчики открыты и восприимчивы к широкому кругу факторов за пределами семьи и основывают свое поведение на образах, всплывающих в памяти, живущих в сердцах; на понимании того, что они не одни. Никто не может сделать сына неуязвимым — но мы не должны сбрасывать со счетов силу отношений, которая способна придать нашим мальчикам сил и защитить их.

Психолог Элисон Гопник из Калифорнийского университета в Беркли не согласна с методами воспитания, сконцентрированными на развитии мальчиков в строго определенном направлении. Обзор исследований, посвященных взрослению детей, позволил ей заключить: родители и другие взрослые постоянно проводят неверную аналогию. Элисон Гопник заметила, что уже в середине 1950-х, когда жизненный уклад в семьях изменился в связи с новым подходом к трудовой деятельности и потреблению, в моду вошла концепция «воспитания». Теперь воспитание походило на работу плотников, которые берут бревно и превращают его в заранее определенное изделие — например, стол или стул.

Гопник же считает, родитель должен быть садовником: «А когда мы ухаживаем за садом, мы создаем условия, в которых деревья спокойно могли бы расти в полную силу»[24]. Нейронаука и лабораторные исследования поддерживают ее точку зрения: ребенок — не проект, и воспитание должно быть сосредоточено не столько на результатах деятельности, сколько на *процессе взаимоотношений*. Элисон Гопник пишет: «Быть родителем — то есть заботиться о ребенке — значит быть частью глубоких и неповторимых отношений между людьми, своеобразного вида любви». Тем не менее любовь родителей не исключает полностью строгость или требовательность; она преследует важные цели[25]. Гопник добавляет: «У любви нет задач, показателей или чертежей, однако она определенно имеет цель. Цель не изменить любимых людей, а дать им все необходимое для благополучной жизни. Цель любви не в том, чтобы определить судьбу своего чада, а в том, чтобы помочь ему определить ее самостоятельно»[26].

Мальчики не роботы, беспрекословно следующие уготованной роли. Они делают выбор, пробуя что-либо из ограниченного списка вариантов (иногда крайне ограниченного), часто не соответствующего их системе ценностей. Они анализируют все варианты и ищут лазейки; это дает возможность хоть иногда быть собой. Если условия беспощадны, а представления о мужественности конкретны и нерушимы, если компании вынуждены подчиняться коллективному правилу «человек человеку волк», мальчики чувствуют себя одинокими, подавленными и теряют надежду. Однако в качественных отношениях процветают равенство, искренность и любовь, и благодаря этому парни вырастают именно такими мужчинами, какими мечтали быть в детстве.

Осознание того, насколько мальчики нуждаются в отношениях, произведет революцию в воспитании. Во многих случаях стереотипы способны подавить даже самых храбрых и самых творческих мальчишек. Но если ребенок получит достаточную поддержку, позволяющую ему мыслить критически и держаться своих принципов, то он, скорее всего, войдет во взрослую жизнь здоровым человеком с широкими взглядами. Чтобы подготовить мальчиков к будущему, лучше не дрессировать их, основываясь на устаревших традициях, а позволить им быть обычными людьми. Элисон Гопник настаивает: «Да, родители способны формировать поведение детей в полном соответствии со своими целями и представлениями, однако затем это оборачивается против них. Нельзя заранее угадать, с какими невиданными прежде проблемами столкнутся дети впоследствии. Если пытаться создать из ребенка свою копию или свой идеал, то это помешает ему освоиться в жизни, когда он повзрослеет»[27].

Я руководил серией глобальных исследований, посвященных изучению эффективности образовательных программ для мальчиков. Тысячи учителей и учеников привели нас с коллегами к осознанию: когда с мальчиками налаживают общение, когда им уделяют внимание, когда их знают и понимают так же хорошо, как они сами знают и понимают себя, мальчики *прикладывают усилия.* Если до парня, который не справляется с программой или не успевает, получается достучаться, то он сильнее включается в учебу, повышает свой уровень знаний и в итоге превосходит других. Если мальчики отвлекаются и дерзят, подобный подход делает их внимательнее и учтивее. Метод, основанный на влиянии взаимоотношений на трудолюбие мальчиков, применим не только к школе. Отношения, пропитанные заботой и вниманием, *меняют* мальчиков — и особенно оказавшихся в нелегкой или опасной жизненной ситуации.

Отношения мальчиков с родителями, учителями, тренерами и наставниками способны сотворить настоящее чудо: они влияют на внутренний мир ребенка, то есть на его разум и сердце. То, что мы называем «сильными сторонами характера», зависит не столько от генетики или телосложения, сколько от воспитания. Ребенок вырастет целеустремленным и чутким, если его будут окружать соответствующие условия в период развития. Добродетели нельзя обучить через ругань и нотации. Добродетель и сильные стороны характера — это скорее результат опыта, который ребенок приобретает, сталкиваясь с трудностями, принимая решения и усваивая жизненные уроки, влияющие на формирование самосознания. Совсем как в случае, когда мальчики не успевают в учебе из-за того, что взрослые не осознают важности уз, слишком много мальчиков не вырастают высоконравственными и сильными личностями из-за того, что взрослые не осознают связи между отношениями и формированием характера.

Уильям Беннет, бывший министр образования США (в администрации президента Рональда Рейгана), в 1993 году опубликовал книгу «The Book of Virtues: A Treasury of Great Moral Stories»[6], ставшую откликом на опасения государства по поводу нравов американской молодежи. Примерно в то же время предпринимались и другие попытки продвинуть свой подход к воспитанию высоконравственных личностей; наибольшую славу приобрела программа «Character Counts!». Этот проект, запущенный по инициативе Института этики Джозефа и Эдны Джозефсон, повсюду рекламировал концепцию «шести столпов характера»: добросовестность, почтительность, ответственность, честность, заботливость и покорность. Как говорится на сайте проекта: «И дома, и в школе, и на работе — повсюду в жизни — важно, кто вы! Характер не передается по наследству и не формируется сам. Его необходимо сознательно развивать через примеры и требования»[28].

И в то время как данный подход распространялся, поддерживаемый государственным финансированием, ученые начали внимательнее разбираться в развитии характера человека. Психолог Марвин Берковиц из Сент-Луисского университета (штат Миссури) обобщил «научные знания о формировании характера». Согласно Берковицу, «очевидно, на развитие характера ребенка в первую очередь влияет то, *как к нему относятся окружающие*». На самом деле характер начинает формироваться в очень раннем возрасте — на его развитие влияют отношения с родителями еще в первый год жизни. Берковиц пишет: «Развитие уз, сильной эмоциональной

привязанности, возникающей между младенцем и его главным опекуном (обычно это мать), возможно, оказывает наибольшее влияние на развитие характера»[29].

Нэл Ноддингс, прославленный профессор педагогики Стэнфордского университета (и мать десяти детей, бабушка тридцати девяти внуков, прабабушка двадцати с лишним правнуков), перечеркнула «долгую и непростую историю» исследований о характере человека и предложила новый подход — «нравственность, основанную на заботе»[30]. Профессор пояснила: система ценностей у детей формируется под влиянием заботы, которую они получают: «Мы с первых дней жизни учимся принимать заботу, отзываться на искренние ее проявления так, чтобы о нас заботились и в дальнейшем»[31]. Нэл Ноддингс выражала свое волнение по поводу того, насколько нравственность, основанная на заботе, значима для семьи и школы, и во всеуслышание заявляла об исключительной важности данного подхода. «Скорее всего, истина в том, — писала она, — что прежде, чем заботиться об окружающих, нужно научиться принимать чужую заботу и заботиться о себе»[32].

Сегодня мы наконец-то можем верно понять проблемы мальчиков — возможно, впервые за все время. В течение всей истории воспитания общество то и дело впадало в панику — и это оборачивалось положительным прорывом. Опасения в стиле «на свете почти не осталось настоящих мужчин» могут наконец-то пробудить в нас честность и отвагу, необходимые для помощи мальчикам. А современные исследователи, изучающие мальчиков, как никогда хорошо понимают, как мальчики обучаются, растут и развиваются в нравственном плане. Тщательные исследования, в ходе которых ученые на самом деле *прислушивались* к мальчикам и определяли, что угрожает их счастью, указывают нам, как воспитывать мальчиков в более благоприятном, здоровом и человечном ключе. В каждой из последующих глав я описываю конкретные проблемы и предлагаю стратегии, позволяющие помочь вашим сыновьям, ученикам и подопечным. И хотя я делюсь историями из собственной практики, предложенные мной стратегии направлены не столько на конкретные случаи, сколько на ситуации схожего плана и применимы скорее к *вам*, чем к *ним*. Я собираюсь предложить вам не решение, а точку зрения. Отцовство, годы клинической практики, опыт вмешательства в чужую жизнь и научная деятельность точно дали мне понять одно: в развитии человека заложен огромный, неисчерпаемый потенциал. Если воспользоваться им верно, если откликнуться на нужды ребенка,

то это приведет к невероятным результатам. Мальчики, сильно привязанные к заботливым родителям, учителям, наставникам и тренерам, могут быть собой; как итог, они растут более человечными. В своей книге «Мальчики есть мальчики» я описываю, как сформировать и сохранить крепкие отношения с мальчиками, которые сталкиваются с проблемами юношества, угрожающими сбить их с курса.

И если мы, следуя новому подходу, будем взращивать в мальчиках черты, заложенные природой (включая отвагу и искренность), то, уверен, мы изумимся тому, насколько органично они вписываются в современный мир.

Глава 2
Освободите мальчиков

Уже в основе развития мальчиков заключен странный парадокс. С одной стороны, родители и учителя воспитывают из парней настоящих мужчин, потому что искренне желают помочь им. Но если родители, пусть даже из наилучших побуждений, слишком яростно учат мальчиков быть мужчинами, это превращает их сыновей в живые проекты, лишенные индивидуальности во имя соответствия — нередко вымученного — сложившимся представлениям.

Мальчики умеют придумывать миры, в которых все подчиняется их желаниям. Вдохновленные мечтами, они могут сопротивляться и *сопротивляются* любым попыткам изменить их характер. Однако ученые, занимающиеся психологией развития, воспринимают подобное отторжение не как проявление капризной натуры или умышленное игнорирование; в их понимании таким образом у мальчиков срабатывает базовый инстинкт самосохранения. Сражаясь за то, кем он является и кем желает стать, ребенок учится придерживаться таких основополагающих ценностей, как честность и отвага. В 80-е и 90-е годы, когда исследователи пытались понять, как сильно девочки противятся ограничениям и требованиям сексистского общества, стало очевидно, насколько для детей естественно быть искренними.

Вот только иногда давление общественных норм, губительных по своей сути, становится слишком сильным, а сопротивление грозит наказанием. Поддастся мальчик давлению или нет, нельзя предугадать. Каковы же внутренние и внешние факторы, способствующие здравому сопротивлению со стороны мальчика?

Гендерная социализация особенно строга к парням. В отношениях со сверстниками, родителями и учителями к ним применяется система поощрения и наказания; цель — подавить в мальчиках любые проявления «женственности» и насильно вложить представления о «мужественности». Игры, игрушки, обязанности, нормы поведения и реакция взрослых — все направлено на закрепление сложившихся представлений. Поскольку такая социализация не соответствует здравому смыслу, заходит речь о «хрупкой душевной организации» мальчиков — возможно, в попытке оправдать фанатичное навязывание традиционных норм. Однако заявления о разнице в

биологии псевдонаучны. И хотя утверждение «твоя судьба определяется твоим полом» уже почти не применяется к девочкам, оправдывать воспитание мальчиков их гормональным развитием и структурой мозга настолько нормально, что никто не замечает этой несправедливости.

Даже знающие люди подвержены влиянию стереотипов о мужчинах. Когда психолог Джуди Чу в течение своего двухгодичного исследования познакомилась с шестью мальчиками-дошколятами, она была изумлена. В своей книге «When Boys Become “Boys”: Development, Relationships, And Masculinity»[7] доктор написала следующее: поначалу Чу «не знала, что делать с буйным, непокорным и, очевидно, злобным нравом этих мальчиков»[1]. Все резко изменилось, когда один из парней, тепло поприветствовав ученую, сложил руки пистолетом и «выстрелил» в нее; та отвела глаза, не зная, как откликнуться. Однако в тот же день, когда в нее снова «выстрелили», доктор Чу улыбнулась и «выстрелила» в ответ. Мальчик терпеливо объяснил ей: она должна упасть и притвориться мертвой, и дал возможность исправить положение. Она выполнила указания, и мальчик обрадовался. Позже, когда мальчики слушали сказки, тот, что уже установил связь с доктором, попросился к ней на колени. Понимая, насколько предубеждения ограничивали ее понимание происходящего, Чу решила наблюдать за мальчиками «не только в минуты физической активности и «агрессии» (т. е. тогда, когда их поведение соответствовало представлениям о мужчинах), но и в минуты задумчивости и спокойствия»[2]. Общение позволило ей увидеть «преданных, заботливых и чутких» детей, что разрушало мифы о мужчинах как индивидуалистичных, самовлюбленных и необщительных представителях человеческого рода[3].

Но через два года общения мальчики изменились: они перестали быть такими искренними и все чаще рисовались и притворялись. Как показало исследование, ребята в первую очередь отстраняются от самих себя — и с этого момента их развитие сопровождает череда потерь и разлук. Мальчики, боясь порицания и наказания со стороны общества, не видят другого выхода, кроме как выбрать самый безопасный вариант поведения. Они идут по кратчайшему пути — имеющему самые продолжительные последствия.

Наставница Чу — одна из первых феминисток — Кэрол Гиллиган — подробно описала, какими способами дети пытаются не потерять себя. Иногда их сопротивление проходит без вреда для психики, особенно если дети знают, что кто-то может выслушать их. Иногда их стратегия более скрытна и

подразумевает отдаление и неискреннее поведение на людях. И хотя для мальчика естественно саботировать попытки изменить его истинную суть, высокий уровень стресса может привести к потере опоры и отчуждению от самого себя.

В исследовании Чу было много примеров сопротивления со стороны мальчиков, «в первую очередь против подавления своих так называемых истинных характеров и против необходимости отвернуться от собственного представления о себе»[4]. Занимаясь собственным исследованием, я имел дело с самыми разными мальчиками; все они противостояли культурному давлению. И ко всем ним применима основная истина: то, насколько им удастся сохранить в себе человечность и искренность (как на людях, так и в личных отношениях), зависит от качества взаимоотношений с семьей, учителями и соседями.

Помогите мальчикам быть собой

Мы можем создать новую модель юношества — и начать, естественно, стоит с отношений. Чтобы мальчик мог противостоять пагубным, нездоровым или несправедливым представлениям о мужественности, ему нужен хотя бы один человек, способный поддержать его точку зрения. Этот «союзник» может быть его родителем, другом, учителем, воспитателем, тетей или дядей — кем-то, кому не безразличен ребенок и его сокровенные мечты. Для способности самостоятельно думать и быть независимым мальчику необходимы отношения, в которых он ощущает себя нужным. Уверенность юноши в себе не развивается случайным, непредсказуемым образом — она развивается благодаря чужому пониманию, любви и поддержке.

На первой полноценной должности я узнал, как важно видеть в мальчиках людей. Работая консультантом в суде по семейным делам, я познакомился с Найлсом. Наш отдел предприговорных расследований был уверен: дальнейшую судьбу любого мальчика можно предсказать по толщине папки с материалами его дела, — и папка этого юноши была самой толстой из всех, что я видел на своем веку. Каждый член его семьи хоть раз привлекался к ответственности социальными службами и законом. Найлс был бедным афроамериканцем, посещал школы, не способные обеспечить его достойным образованием, в городе, где социальная сегрегация была уже давно укоренившейся практикой; его семья переживала много трудностей. При таком раскладе не могло идти и речи о доверительных отношениях. Сначала я подумал, с Найлсом нет смысла разговаривать. Но после того как

он неприязненно пробормотал, что любит рисовать, я положил перед ним блокнот с набором цветных карандашей и предложил рисовать по ходу ознакомительной беседы.

Прошло так много лет, а рисунки Найлса до сих пор живы в моей памяти. В ходе наших встреч, пока я сидел рядом и молча наблюдал за ним, юноша потихоньку набрасывал образы и сцены, отражающие важные события его жизни. Благодаря этому я многое узнал о нем и позволил Найлсу увидеть мою заинтересованность в его личности. Показывая рисунки, он беседовал со мной, а я спрашивал о значении того или иного наброска.

И хотя отношения возникли между нами лишь из-за навязанных судом консультаций, которые Найлс посещал в ожидании приговора, мальчик постепенно приходил к пониманию возможного развития своей жизни. Он был прирожденным художником; его творения прекрасно заменяли уличные забавы. Наконец во время слушания судья воспользовался своими полномочиями, чтобы направить Найлса в школу-интернат с упором на изобразительное искусство. Пусть мы и не стали с ним близки, однако Найлс научил меня: умение слушать и доброе отношение позволяют достучаться даже до самых закрытых мальчишеских сердец, узнать, какими себя видят ребята, и помочь им преуспеть в будущем.

Необходимость наладить связи с мальчиками кажется очевидной, однако на деле это не всегда просто. Многие мальчики растут недоверчивыми, отстраненными и замкнутыми. Они учатся холодности, почти не проявляют истинных эмоций и притворяются равнодушными, скучающими или раздраженными. Лицезрея эти отталкивающие маски, родители и другие взрослые ничего не понимают и расстраиваются. Кто-то даже может сдаться и начать обвинять мальчика в неумении доверять или проявлять эмоции.

После недавнего обращения с речью несколько родителей пришли ко мне индивидуально. Все они были обеспокоены ослабшей связью с сыновьями — для подростков было важнее мнение сверстников, они стали злобными или задумчиво-молчаливыми, увлеклись видеоиграми и социальными сетями, а иногда и влюбленностью. Но какой бы ни была причина, отчуждение сыновей вызывало у отцов и матерей тревогу, чувство утраты и бессилия. Понимая в глубине души, что каждому ребенку нужна забота, родители отбившихся от рук мальчиков беспокоились.

Я объяснил каждому: повлиять на мальчика — даже если он зол, упрям или замкнут — может лишь тот, кто до него

достучится. И существует то, против чего никто не устоит, — забота и любовь. Внимание, умение слушать и забота — уверенная и настойчивая — чрезвычайно важны для развития мальчика. Даже такие юноши, как Найлс, — юноши, которых вновь и вновь предавали, — не могут целиком избавиться от потребности в признании и понимании. Получая заботу и внимание взрослого, мальчик чувствует, что его оценивают и ценят. Причем не только за достижения, внешность или оценки — а за то, кем он является. Поскольку самооценка мальчика укрепляется благодаря заботе и вниманию, он может намного увереннее и дольше противостоять «мальчишескому кодексу».

Когда родители начинают яснее осознавать силу взаимоотношений, они переживают, что порой слишком назойливы или, наоборот, проявляют недостаточно внимания и тем самым травмируют ребенка. Но любые отношения между людьми развиваются циклично: люди налаживают связь, отдаляются друг от друга, вновь налаживают связь. Наблюдая за учителями, Мириам Рейдер-Рот, профессор педагогики Университета Цинциннати, обнаружила: иногда преподаватели, пытаясь заинтересовать неуверенных в себе мальчиков учебой, получают отпор, отчаиваются и сдаются. В статье 2012 года группа ученых под началом Рейдер-Рот пояснила: «В таких случаях сопротивление воспринималось педагогами как нанесение личной обиды и казалось настоящей угрозой… Также подобное сопротивление часто заставляло учителей «пускать все на самотек» либо «отказываться» от общения с мальчиками»[5]. Судя по моему опыту работы с преподавателями, нашедшими общий язык с мальчиками, наиболее теплый отклик вызывали те отношения, которые преодолевали испытания и проверки. Эти отношения становились значимыми для мальчиков как раз потому, что учителя решительно и упрямо пытались до них достучаться, невзирая на неудачи.

Многие мальчики скрывают неуверенность в знаниях за маской равнодушия и пассивности либо открыто нарушают дисциплину и дерзят. А когда мальчики ведут себя неуважительно и не желают сотрудничать, учителя обычно расстраиваются и злятся. То, как дети выражают свое огорчение, печалит тех, кто о них волнуется, и в итоге последние обвиняют во всем мальчиков, расстраивая их еще сильнее. На продолжении исследования Рейдер-Рот один учитель, у которого были трудности в общении с юношей из его класса, назвал свою злость по отношению к этому ученику «совершенной» — «глубоким, убивающим, сильным чувством»[6]. Почти не имея возможности справиться со столь мощным откликом, учитель вряд ли будет

способен увидеть причину проблемы хоть в чем-то, кроме самого ребенка. Хотя, по признанию группы Рейдер-Рот, «дети остро ощущают присутствие учителя в кабинете, его открытость контакту и отзываются соответствующим образом»[7]. Злость, придирчивость или презрение вряд ли позволят педагогу увидеть чувства мальчика, скрытые под маской.

Сохранить теплые и крепкие взаимоотношения с мальчиком может быть довольно сложно. Если ребенок приходит в школу, не имея в запасе надежных, прочных взаимоотношений, он наверняка будет избегать ослабляющей его зависимости от учителей. Однако Диана Дайвеча, специалист в области психологии развития из Йельского центра эмоционального интеллекта, отмечает: история привязанности не определяет судьбу. Неудачные взаимоотношения с родителями впоследствии можно компенсировать положительными связями с другими людьми. «Рабочие модели», которые формируются в сознании детей на основе болезненного опыта общения с матерями и отцами, вполне можно усовершенствовать. Можно опровергнуть негативные выводы, возродить в сердцах надежду. Благодаря нашему исследованию мы обнаружили: учителям то и дело удается достучаться до мальчиков, проявляющих недоверчивость и враждебность; педагоги с успехом преодолевают защитные барьеры, выстроенные учениками, и изменяют ход их жизни. Дайвеча уверенно заключает: «Крепкая привязанность хотя бы к одному взрослому идет ребенку на пользу»[8].

На самом деле, если учитывать, насколько часто в семьях бывают конфликты и разлад (как в общем, так и конкретно с мальчиками), взрослым важнее не столько поддерживать свой положительный образ, сколько следить за качеством отношений с мальчиком; если узы ослабевают или разрываются, необходимо это исправлять. В своем исследовании я разделял учителей на успешных и менее успешных в установлении контакта, основываясь на том, насколько хорошо они понимали свою роль «управляющего отношениями лица». Разница в том, готов ли преподаватель взять на себя ответственность за построение отношений — то есть сделать все, чтобы достучаться до мальчика, потерявшегося или оказавшегося в тупике, и помочь ему. Алан Шор, нейробиолог из Центра культуры, мозга и развития в Калифорнийском университете (Лос-Анджелес), утверждает: «Отношения могут быть шаткими не только из-за невнимательности или ошибок взрослого. Они также могут пострадать из-за неудачных попыток реабилитироваться после разлада»[9].

Я еще на ранних этапах своей карьеры понял: проблемы

взрослых в отношениях с мальчиками не следует недооценивать. Тони был одним из первых ребят в моей практике — тогда я только начал работать консультантом в городской школе в Филадельфии. Этого восьмиклассника ко мне отправил встревоженный директор, не ожидавший от подростка ничего, кроме проблем. Директор верил: беседа с молодым мужчиной, не похожим на остальных взрослых в школе, позволит Тони иначе взглянуть на «мужской кодекс», который высасывал из него всю беспечность и невинность. Тони был сыном алкоголика, злобного и жестокого, чьи методы воспитания основывались на рукоприкладстве; уже в тринадцать Тони мыслил скорее как молодой мужчина, нежели как мальчишка. Он частично позволил мне увидеть свою добрую и уязвимую сторону.

Еще при первой встрече я понял: Тони не помогли бы простые посиделки в кабинете. Во время второй сессии я надел пальто и пригласил его погулять по окрестностям. Мы бесцельно бродили по округе, ведомые прихотью Тони, ограниченные лишь количеством выделенного нам времени. Я спросил, как прошла неделя, осторожно напомнил пареньку о произошедшем в школе, выслушал без попыток осудить. Я смог бы повлиять на него, только если он будет говорить со мной и со временем откроется моей точке зрения.

Иногда Тони злился и с ним становилось особенно тяжело. Его предали все взрослые, которых он встречал на своем пути, его избивал собственный отец и уличные мальчишки — и он понял: лишь сила достойна уважения. Однажды мой подопечный появился с синяками на лице и сказал, что прошлым вечером подрался с отцом. Я знал, мне не следует осуждать его отца, ведь Тони и так с трудом поддерживал контакт с ним, однако я вынужден был предупредить: раз дело дошло до избиения, мой долг — доложить об этом в службу защиты детей. Слушая рассказы Тони неделю за неделей, разрываясь от того, насколько велико мое желание действовать, я пытался относиться к нему с простой заботой и проявлять сочувствие по поводу его жестокой и суровой жизни.

Во время прогулки ранней весной, когда воздух только начинал согреваться, я поймал себя на мысли, что Тони, возможно, начинает привыкать к нашему совместному времяпрепровождению. Но едва я выразил эту радостную мысль, Тони бросил мне новый вызов: «Вы гей?» — спросил он осуждающе. Я отозвался простым: «Почему ты спрашиваешь?» Он слегка насмешливо ответил: «Просто вы не особо суровый, вот и все». Это заявление застало меня врасплох, однако затем я понял: Тони пытается осмыслить свои отношения с мужчиной, который

так сильно отличается от всех остальных. Мой ответ, мое признание в том, кто я есть, оказалось для него крайне важным. Я рассмеялся с искренним смущением и сказал, что понимаю, насколько необычен мой интерес к нему, парню, но я не преследую никаких сомнительных целей. Кроме того, признался я, я совсем не умею драться и на самом деле никогда не участвовал в стычках — это казалось мне примечательным фактом. Мне было неизвестно, каково это — когда ты постоянно ждешь удара. Я решил поставить вопрос по-другому: «Вижу, ты борец, которому многое пришлось пережить. Каково это?» Теперь была его очередь изумляться вопросу; тем не менее он осознал смысл моих слов. По крайней мере, понял: я его уважаю и не намерен использовать.

Как мне хочется верить, неизменно возникая на пути Тони и не сдаваясь даже под давлением его нелегкого нрава, отстраненности и дерзости, я сумел продемонстрировать ему свое отличие от прочих взрослых. Я хотел, чтобы он понял: есть мужчины, которые желают общаться с ним и не ставят во главу угла свои чувства, невзирая на поведение Тони. И есть мужчины, которые не ищут главенства над ним и не хотят применять к нему грубую силу, однако видят в нем мальчика, нуждающегося и желающего чьей-то помощи.

Примеры Найлса и Тони демонстрируют прямолинейный подход к мальчикам, для которых отстраненность и холодность стали нормой. Таких ребят необходимо принять такими, какие они есть. Все сводится, по крайней мере поначалу, к умению выслушать. Уделив внимание парню и его заботам, задавая ему вопросы и проявляя искренне любопытство, взрослый выказывает свою заинтересованность в мыслях, чувствах, поступках ребенка — и подтверждает, что для него важна *истинная суть* последнего, а не роль, которую он играет. Как сказал психолог Майкл Николс, автор книги «Искусство слушать. Почему мы разучились слышать друг друга?»: «Подобного рода признание необходимо как неопровержимое доказательство существования чувства собственного достоинства. Если к нам не прислушаться, мы будем заперты в клетке своей неприкаянной души»[10].

У меня есть две основные рекомендации для взрослых, желающих внушить мальчикам чувство собственного достоинства и поддержать их сопротивление общественному давлению, а также желание сражаться за свое истинное лицо.

Прислушивайтесь к мальчикам

Когда просто слушают и наблюдают, без осуждения или советов, основанных на собственном опыте, жизнь мальчиков, пытающихся развить уверенность в своих суждениях, меняется. Если родители слушают сыновей, они, по мнению Николса, «становятся свидетелями» их опыта и избавляют их от одиночества. Силы мальчикам придает отнюдь не стереотипный индивидуализм, поощряемый сторонниками традиций, а удовлетворение их нужды в привязанности. Умение слушать — самый важный инструмент, с помощью него родители обучают мальчика стойкости.

Оставшись наедине со своими чувствами и воспоминаниями, дети ощущают страх и сомнения. Результаты исследования, посвященного крепкой привязанности, гласят: дети, которые могут положиться на взрослых, растут более сильными, счастливыми и уверенными в себе. Формирование личности зависит от того, как ребенка видят важные для него взрослые люди. С самых ранних лет и на продолжении всего детства самый важный опыт для ребенка — который сильнее всего влияет на его самовосприятие — это опыт близких отношений. Чувство одиночества — это обыденный страх, противопоставленный основным человеческим инстинктам. Надежная привязанность — условие, необходимое для независимости. Основной способ поддерживать эту привязанность — просто слушать ребенка.

Конечно, слушать — это не только получать сведения. Между взрослым и ребенком должен происходить информационный обмен, включающий получение данных, их осознание и использование. Вы просто общаетесь — обмениваетесь словами и мыслями, — однако это вызывает глубокий эмоциональный отклик, благодаря чему случается нечто обыденное и приземленное: вы «узнаете» больше о собеседнике. И это идет на пользу личности мальчика; тому истинному «я», о котором вы знаете и которое принимаете. Непризнанная личность, наоборот, так и останется неполноценной, жаждущей стороннего признания. Если же мальчика знают не «совсем хорошо», то образуется разрыв между ключевыми чертами его характера и маской, за которой он прячется на людях, ожидая чужого одобрения — которого слишком часто удается добиться лишь в группе сверстников, где все знают цену друг другу. Как объясняет Николс: «Неуслышанное влияет на ребенка сильнее, чем разница между поведением на людях и дома; в первом случае происходит расщепление личности на истинную и ложную»[11].

Слушать — значит определенно проявлять внимание. Если вы всецело поглощены сомнениями, вам будет тяжело внимать окружающим, не отвлекаясь. Важна эмоциональная значимость

происходящего. Заботливый родитель может утешить напряженного или огорченного ребенка с помощью тепла, любви и понимания. По мнению ученого Дэниэла Сигела, успешный эмоциональный обмен является основой жизнеспособности и ощущения собственной значимости. Когда родители сочувствуют мальчику, он понимает, что кому-то не безразличны его эмоции, и правильно переживает негативный опыт. Перебросив напряжение на слушателя, мальчик вновь ощущает себя здравомыслящим и независимым, даже несмотря на разного рода давление и нависшие над ним общественные нормы. Он осознает, что не зависит от мыслей и требований окружающих. Сигел и Хартцелл пишут об этом следующее: «Родители — самые настоящие ваятели, формирующие мозг своего ребенка»[12].

Согласно Николсу, правильно слушать ребенка — значит выказывать «внимание, поощрение и признание». Родители пытаются добиться «эмпатической отзывчивости», при которой мальчик может рассказать о своих тревогах, невзирая на свои чувства и поступки, а родители при этом верно прочтут его эмоции и не примут их близко к сердцу. Когда родители ставят перед собой ясную цель — проявлять сострадание, дальнейшие поступки мальчика и его взгляды на окружающую действительность уже важны для них не так сильно, как необходимость укрепить и поддержать его внутреннее естество. Родители уверены: мальчик сам во всем разберется, а их поддержка поможет ему в этом[13].

Главная сложность — мальчиков может быть тяжело выслушать. Для заинтересованности необходимо подавить все проявления собственных чувств, при этом откликаясь на любые эмоции, которые испытывает сын, и родители могут испугаться, что их подведут их же эмоции. В определенных ситуациях, особенно когда речь идет о неприятных конфликтах с «мальчишеским кодексом», родители могут «участвовать» в беседе неполноценно. В них просыпается огорчение по поводу того, как их сына воспринимает общество, а мальчику необходимо внимание и сочувствие. Сколько разговоров с ребенком заходит в тупик потому, что родитель или преподаватель хочет дать совет в надежде спасти мальчика от воображаемой угрозы? Вместо того чтобы получить утешение и приобрести уверенность в себе, дети начинают еще сильнее волноваться и сомневаться в своих способностях.

Если родитель желает по-настоящему выслушать ребенка, ему необходимо справляться с собственными чувствами, дабы те не подорвали беседу. Сигел и Хартцелл выделяют «главный» и «обходной» путь, которыми наш разум откликается на

эмоциональные раздражители[14]. Главный путь начинается в коре головного мозга и основывается на размышлениях о прошлом опыте и переводе — на язык слов и мыслей — эмоционального отклика, вызываемого опытом. Однако «обходной» путь влечет за собой подавление когнитивных процессов в пользу примитивной реакции «бей или беги». Он не допускает гибкости.

Начав проявлять эмпатию, родители обычно осознают, насколько тяжело притворяться внимательным. Сильная тревога, злость или неосознанное огорчение вызывают напряжение, которое трудно скрыть. Если чувства родителей слишком часто мешают их способности слушать, ребенок начнет сторониться мамы и папы. А от скрытного и необщительного мальчика в принципе сложно что-то узнать. Если взрослый научится не отвлекаться на свои заботы, он убедит мальчика в том, что всегда готов его выслушать. Самые сильные чувства — те, на которых сложнее всего сосредоточиться. Для многих это даже не столько чувства, сколько оправданные опасения — их нельзя озвучивать; сын сам должен усвоить самые важные уроки из преподанных ему родителями.

Мальчики особенно часто проверяют, как далеко смогут зайти, вынуждая родителей проявлять властность и требуя эмпатии. Эта борьба за влияние может пробудить в памяти родителей печальные воспоминания и вызвать непроизвольный отклик. Но, чтобы научить мальчика самостоятельно справляться с собой, на его неразумное или неподобающее поведение взрослому следует отвечать нестрогими ограничениями. Секрет эффективной дисциплины — отзываться на плохое поведение без напряжения. Ребенок ведет себя плохо не потому, что мечтает о вседозволенности; хорошо знающий его взрослый видит: сейчас мальчик зашел «слишком далеко» и ему необходимо сбросить напряжение, заставляющее хулиганить. Хитрость в том, что нужно меньше думать об ограничениях и первым делом определить, почему ребенок ведет себя неразумно, — распознав за плохим поведением мысли и чувства.

Если же взрослый добивается уважения только ради уязвленной гордости, он успешно оттолкнет ребенка. Внимание родителя будет направлено лишь на собственные чувства, и он не сможет настроиться на одну волну с мальчиком. Если борьба за влияние вызывает у взрослого огорчение и злость, он сосредоточивается на самооправдании. Первопричина сильных эмоций, пробуждающихся в конфликтах с мальчиками, нередко заключается в «имплицитных воспоминаниях» — детском опыте, о котором родитель уже забыл, но который тем не менее способствует бурному отклику[15]. Если взрослый не желает вновь

и вновь возвращаться к собственной слабости, ему нужно одернуть себя, едва только внимание начнет переключаться на внутренние переживания, и понять: необходимо что-то доработать.

Учитывая, как часто отношения с мальчиками расклеиваются, навыки восстановления после эмоциональных срывов даже важнее умения слушать. Когда мальчики понимают, что взрослые совладали с собой и желают вернуться к прежним отношениям, они радуются в предвкушении: «Я уверен, мама/папа/тренер/учитель не бросит меня, а я не запутаюсь в себе окончательно и не навлеку на себя обвинения, осуждение и одиночество». «Пагубными разладами» Сигел и Хартцелл называют случаи, когда взрослые задерживаются на «обходном пути» и винят сына в том, что он их расстроил[16]. Кризисы в отношениях происходят в разное время и по-разному, однако они неизменно подрывают доверие мальчика.

За восстановление отношений всегда отвечает взрослый. Поссорившись с родителем, учителем или наставником, мальчик оказывается в положении, не позволяющем ему сделать первый шаг. Именно взрослому следует проявить достаточно сознательности, чтобы выявить, каким образом грубость или злость привели к размолвке, и все исправить. К счастью, вы имеете право на промахи. Мальчик привяжется к заинтересованному в нем человеку, даже если тот не совсем умело поддерживает контакт или не совсем внимательно слушает. Когда взрослый возвращается после ссоры и честно признается в том, что поддался эмоциям, мальчик на его примере усваивает важный нравственный урок. Всего лишь скажите: «Прости, я слишком расстроился. Да, мне не понравился твой поступок, но я огорчился не поэтому. Я просто вспомнил, как издевались надо мной в твои годы. Я знаю, ты не хотел меня обидеть». Когда мальчики испытывают сомнения или чувствуют себя брошенными, им сложнее усваивать нравственные уроки.

«Особое время»

Пэтти Уипфлер, основатель калифорнийской некоммерческой образовательной программы для родителей «Рука в руке» (*англ.* «Hand in Hand Parenting»), выделила набор навыков, позволяющих родителям укрепить отношения с детьми:

• умение терпеливо слушать (просто проявлять внимание к ребенку, пока тот выпускает пар);

• умение слушаться во время игр (выполнять указания

ребенка в процессе радостной и веселой игры);

• умение устанавливать границы (мягко, но уверенно останавливать ребенка, чье поведение вызвано огорчением);

• умение проводить «особое время» (проявлять внимание к ребенку, ни на что не отвлекаясь).

Эти навыки применимы к детям всех возрастов и позволяют родителям поддерживать мальчиков на их пути к целям. Уипфлер, будучи матерью и специалистом по вопросам воспитания, в книге «Listen: Five Simple Tools to Meet Your Everyday Parenting Challenges»[8], написанной в соавторстве с Тошей Шор, заявляет: «Пришло время заменить власть и господство, на которых сосредоточено традиционное воспитание, близкими отношениями, разумными ограничениями и умением слушать друг друга»[17]. Для маленьких детей «особое время» подразумевает игры, просмотр фильмов, чтение или просто разговоры со взрослыми. Главное — чтобы ребенок сам решал, как распорядиться этим временем, и радовался возможности «тратить» внимание родителя по собственному усмотрению. Таким образом ребенок обычно убеждается — осознанно и неосознанно: его любят и о нем заботятся. «Особое время» также можно применить к подросткам, поскольку детям постарше, особенно мальчикам, редко попадаются взрослые, с которыми можно близко общаться.

Поначалу «особое время» с подростком может подразумевать кучу видеоигр, незнакомой музыки и непристойных или жестоких фильмов и передач. Возможно, вам придется строить крепости, наблюдать за тем, как ваш мальчик катается на скейтборде, играть с ним в баскетбол один на один (и сын должен победить) или устраивать матчи по лакроссу на заднем дворе. Цель — пробудить в парне желание общаться со взрослым, который не собирается указывать ему, управлять им или придираться к нему. Удивительно, к каким результатам приводит простое проявление внимания и заинтересованности.

Уипфлер и Шор подсказывают, как включить «особое время» в ваше ежедневное расписание. Дайте этому периоду особое название («Подойдет любое имя, но без имени никак») и точно определите дату и час, чтобы мальчик знал, когда ему ждать «особого времени», и был к нему готов[18]. Взрослому лучше всего начать с короткого промежутка, например с пятнадцати минут, чтобы проверить свою способность не отвлекаться и следовать указаниям сына. По мере того, как взрослый привыкнет уделять внимание ребенку, можно увеличить продолжительность «особого времени» до часа и больше. Не отвлекаться обычно крайне

сложно — однако простое наслаждение обществом ребенка явно стоит того. Главное — получать удовольствие от любой затеи сына, от любой его попытки самовыражения, ведь это позволит вам добиться невероятного уровня взаимопонимания и сблизиться друг с другом.

Если мальчик, потребовав внимания к себе, увидит, что на его зов готовы откликнуться, он обязательно потратит предоставленное ему время с пользой. Проводя время с мальчиком, подчиняясь его указаниям в играх или беседах, проявляя заинтересованность к тому, что он желает сделать или сказать, вы позволите ему вырасти сильным и уверенным в себе. Постоянно проводя «особое время» с ребенком, вы словно кладете монеты в копилку: в результате это убережет его от невзгод в будущем.

Еще до того, как я стал психологом, и даже до того, как я сам стал отцом, я посещал семинары Уипфлер и других специалистов, работавших в данном направлении. Тогда я особенно заинтересовался тем, насколько в развитии мальчиков важны отношения. На одном из семинаров моя подруга, одинокая мать двенадцатилетнего сына, спросила, не желаю ли я провести время с ее ребенком. Джимми был энергичным мальчиком и любил спорт, но в то же время был довольно чувствительным. Иногда он становился несговорчивым и неукротимым. Я тоже любил спорт и принял вызов. В итоге я решил встречаться с ним раз в неделю; мне хотелось лучше разобраться в жизни мальчиков и подготовиться к будущей роли отца. Я не только желал помочь своей подруге и ее сыну, но также верил, что сам многому научусь.

Когда я впервые пришел к ним домой, мать объяснила мальчику: я ее друг, который желает познакомиться с ним. Тем вечером она, я и Джимми проводили время вместе, следуя любым указаниям ребенка. Джимми тогда состоял в младшей бейсбольной лиге и, естественно, хотел бегать по базам и бросать мяч. Для первого раза нам было достаточно того, что я подавал мяч, мама ловила его, а Джимми неизменно исполнял роль бьющего. В конце встречи я спросил у мальчика, не желает ли он вновь увидеться и провести время вместе. Джимми ответил: «Конечно». В течение следующего года мы закрепили традицию: я заходил к нему раз в неделю в заранее условленное время. Мне больше не приходилось объяснять, зачем я его посещаю: мальчики по умолчанию уверены, что взрослым нравится проводить с ними время. Однако мне приходилось неделю за неделей убеждать Джимми в том, что я вернусь. Его мать с отцом развелись несколько лет назад, и он уже знал, каково это —

терять тех, на кого ты рассчитываешь.

Вскоре Джимми привык к нашим встречам. Мы гуляли в лесу возле его дома, и он показывал мне все свои любимые места. Если он был голоден, мы могли поехать в «Макдоналдс». В течение нашего «особого времени» я приучал себя не отвлекаться от Джимми, ничего не предлагать и вместо этого поддерживать его предложения. Внутри меня шла борьба за то, чтобы не начать верховодить и не отвлечься на интересное мне. Разум то и дело переключался на мои внутренние переживания и тревоги. Мне приходилось одергивать себя и вновь сосредоточиваться на Джимми и на происходящем здесь и сейчас.

Я все лучше и лучше узнавал Джимми. Иногда, когда он уже начал доверяться мне чуть больше, с ним становилось сложно — он отказывался идти навстречу, легко раздражался, предъявлял неразумные требования — будто проверяя, когда я скажу «нет» и установлю для него границы. В такие минуты он взрывался и сердился, дулся, а порой и плакал, выплескивая наружу болезненные эмоции. Иногда он становился грубым и дерзким. Если мне удавалось сдержать эмоции и остаться уверенным в себе, не принимая ничего на свой счет и не расстраиваясь в ответ на его поступки, он проще справлялся со вспышками эмоций и продолжал доверять мне. Наши отношения крепли. В общем и целом опыт общения с этим подростком оказался бесценным. Джимми очень многому меня научил.

Сколько раз он своим поведением напрашивался на упрек! Но поскольку я учился держать себя в руках — выстраивая отношения через умение слушать, — мне оставалось лишь прикусить язык и думать о том, как важно предугадывать и подавлять резкое желание осудить или раскритиковать мальчика. Я знал, что могу отстоять свою правоту, но не желал нажимать на Джимми. Кроме того, я был уверен: мне не нужно учить его тому, как себя вести; вместо этого я должен поддерживать его в минуты злости и разочарования. Родители и другие взрослые в таких случаях слишком часто реагируют необдуманно, просто следуя правилам и моделям отношений, передающимся из поколения в поколение. Мы часто уверены, что наши рекомендации — «А вот я в твоем возрасте…» — лучше всего помогают мальчикам развивать критическое мышление, однако не учитываем, насколько разными могут быть эпохи и проблемы.

Есть несколько правил, позволяющих провести «особое время» с максимальной пользой: нельзя давать советы; нельзя отвлекаться на посторонние дела; нельзя говорить с другими или прерывать дарованный ребенку промежуток времени; нельзя вносить изменения в предложения ребенка — и неважно,

насколько трудно вам понять смысл происходящего. Однако главное правило — сосредоточиться на ребенке и поддерживать с ним отношения вне зависимости от его поступков. Поскольку большинство взрослых в свое время были обделены вниманием, это станет настоящим вызовом. Скольким из нас доставалось достаточно внимания? К кому прислушивались должным образом? У кого был родитель или учитель, заинтересованный столь сильно, чтобы забыть обо всем и просто послушать нас или поиграть с нами? Большинство взрослых отвлекается на свои дела и лишь иногда, возможно, делится сокровенными мыслями и чувствами. Мы все страдаем от недостатка внимания.

Если мы останемся наедине с мальчиком в «особое время», то чего нам ожидать? В самом начале отношений или в случае, когда ребенок вырос отдельно от нас, особенно велика вероятность проверки, ведь многие мальчики растут довольно недоверчивыми. Кажется, будто они думают: «Если мама с папой узнают о моих чувствах, они точно меня бросят», или: «Вряд ли им будет интересно, если я начну делать то, что мне нравится». В течение года общения Джимми то и дело бросал мне вызовы, сбивая с толку. Я не знал, как поступать в том или ином случае. Например, однажды мы возвращались домой из «Макдоналдса», и парень ни с того ни с сего надулся и ушел в себя. Еще минуту назад ему было весело и интересно, а теперь он сидел, отвернувшись, глядя в окно и злобно сопя; когда я принялся расспрашивать о причинах, Джимми молчал. Я не мог понять, отчего он вдруг переменился; я встревожился и подумал: мной пытаются манипулировать. «Ну и что теперь делать?» — пробубнил я себе под нос.

Тем не менее я продолжал быть терпеливым и открытым с Джимми, даже когда мы подъехали к дому и он, убежав от меня, закрылся в своей комнате. Я пошел за ним, сел возле двери — не стоило сейчас к нему врываться; вместо этого я решил поговорить с ним через дверь и убедить его в том, что в его чувствах нет ничего плохого, а я никуда не уйду. Я слышал, как он сдавленно всхлипывает в комнате, однако долго не мог добиться ответа. В конце концов Джимми вышел, а я просто улыбнулся ему и последовал за ним на задний двор; там он взял биту с мячом, и мы продолжили игру. Я понял: Джимми все еще не может быть со мной искренним в тех случаях, когда его одолевает печаль, однако в то же время я прошел проверку, оставшись рядом с ним в тяжелую минуту — и не поднимая шумихи по этому поводу. Теперь он знал, что я не намерен ни осуждать, ни бросать его.

В течение «особого времени» мальчики проверяют взрослых различными способами не для того, чтобы оттолкнуть их от себя;

подсознательно они ищут ответ на вопрос: «Способен ли этот человек сладить со мной?» Если в конце проверки выясняется, что о ребенке действительно желают заботиться, что ему действительно готовы уделять внимание; что есть взрослые, с которыми он может общаться, мальчик все сильнее уверяется: «Кажется, я действительно могу положиться на этого человека».

«Особое время», если оно тратится правильно, способно и огорчить вас. Иногда мальчик может не выдержать и начать разговор о своих тревогах, — и, возможно, речь будет идти именно о вас. Иногда, особенно устыдившись чего-то, мальчик может скрывать и прятать болезненные чувства до тех пор, пока не ощутит уверенность в себе. Когда ребенок начнет рассказывать вам о своей боли, обязательно выступите в роли ведомого и не давайте волю любопытству. Пусть мальчик определит, как много он готов вам рассказать — и как скоро.

Иногда ребенку бывает тяжело облечь непростые чувства в слова, и тогда он создает ситуацию, позволяющую ему проявить эмоции в иной форме. Например, Джимми порой «ранился» во время бейсбола или баскетбола и в слезах падал на землю. Моей задачей было воспринять его боль всерьез, даже если я не понимал ее причины, и терпеливо выслушать его жалобы. Я понял, спортивные игры позволяют ему выпустить все накопившееся огорчение и страх и парень демонстрирует, какие трудности и напряжение он испытывает, когда ему приходится терпеть конкуренцию и сталкиваться с проблемами.

Уделяя мальчику «особое время», взрослый должен повернуться самой щедрой своей стороной, не говоря уже о собранности и сосредоточенности. В какие-то дни вам будет проще. В тяжелые дни вам будет казаться, все вокруг нарочно вас отвлекает, прерывает, переключает ваше внимание с ребенка на срочные дела. В наш век многозадачности и распыления лишь немногие взрослые способны найти достаточно свободного времени, чтобы регулярно уделять внимание только своему ребенку, особенно если желания последнего сосредоточены на играх. Нелишним будет напомнить себе: во время игр мальчик познает жизненно важную истину. Он убеждается душой и разумом: взрослый настолько любит его, что готов выделять ему время, невзирая на все свои взрослые дела. Таким образом мальчик вырабатывает устойчивость к проблемам юношества. Всего лишь приложив усилия и не сдавшись после первого поражения, вы сделаете для мальчика многое.

Глава 3
Нежное сердце сорванца

В первой главе я познакомил вас с исследованием, посвященным «стереотипам о мужчинах», в котором проводился опрос среди молодых жителей Соединенных Штатов, Соединенного Королевства и Мексики. Когда я впервые увидел отчет о результатах этого исследования, в глаза мне бросилось одно из наблюдений: три молодых (возрастом от восемнадцати до тридцати лет) человека из четырех подписавшихся под традиционным представлением о мужчинах утверждали, будто по крайней мере однажды за последние две недели «делали что-либо не особенно приятное»; двое из трех говорили, что испытывают чувство «огорчения, подавленности или безнадежности»; а два человека из пяти заявляли, что хотя бы раз «задумывались о самоубийстве»[1]. Преобладание негативных настроений среди этих молодых людей показывает, насколько их мужское «я» не соответствует на самом деле скрытому в их сердцах. Вынужденные прятать свои истинные мысли и чувства, эти молодые люди не живут по-настоящему, а скорее играют роль в представлении. Они одиноки и разочарованы, и это не позволяет им найти успокоение и радость в отношениях с другими.

Распространено мнение, будто женщины живут чувствами, а мужчины — действиями. Когда-то оно воспринималось нормально, однако теперь все изменилось. Женщины уже бросили вызов стереотипным представлениям об их способностях и доказали: они могут как чувствовать, так и действовать. Кроме того, современные исследования выявили, что стереотипы о мужской черствости также могут быть ложными. На самом деле, согласно последним данным, молодые люди намного чаще заботятся о своем душевном состоянии, чем о физическом. Они понимают: их благополучие напрямую зависит от здорового функционирования психики. Баскетболист Кевин Лав, игрок НБА, в этом году наделал шуму, открыто заявив, что плохо выступил в важном матче из-за панической атаки. Впервые за двадцать девять лет жизни ему пришлось обратить внимание на свои эмоции, и он решил стать примером для других мальчишек, которые напрасно забывают о своих чувствах. На спортивном сайте «The Players' Tribune» Кевин написал следующее: «Каждый из нас переживает то, чего другие не видят»[2].

Конечно, нет дыма без огня, и у стереотипа о бесчувственности мужчин имеются корни. Однако

распространение этого мифа приводит к тому, что большинство мальчишек учится держать чувства при себе, подавлять и отвергать их. Мальчики перестают осознавать любые эмоции, кроме злости. С древних пор обливание холодной водой, дедовщина, издевательства и испытания на храбрость лишали мальчишек умения чувствовать. Став взрослыми, мальчики наверняка не смогут адекватно выражать эмоции. Подавление чувств ведет к уйме отрицательных последствий, начиная с низкой успеваемости и заканчивая поведением, опасным для здоровья: употреблением наркотических веществ, драками и безрассудными поступками.

Однако мнение, будто чувства и действия — удел разных полов, ошибочно. Особенно в мире, сплошь состоящем из общения. Когда мальчик не умеет осознавать свои же чувства, он не способен сочувствовать окружающим. Сильные эмоции, которые он скрывает и которыми не умеет управлять, наверняка пагубно отразятся на его поведении. А не умея проявлять эмпатию, он, скорее всего, причинит боль другим.

На самом деле эмоциональные потребности современной молодежи намного сложнее и запутаннее, чем прежде. Психолог Джин Твендж из Университета штата Калифорния в Сан-Диего выявила тревожный рост количества несчастных юношей и девушек. По опасениям Твендж, нас ждет «самый суровый психический кризис среди молодых людей за последние десятилетия»[3]; она подтверждает сказанное заявлением о том, что с 2011 года количество одиноких, подавленных, встревоженных и недовольных жизнью представителей iПоколения (людей, рожденных в период с 1995 по 2012 год) резко возросло. Совсем как Кевин Лав, многие мужчины, кажется, уже начинают понимать пагубное влияние на жизнь эмоциональной отстраненности. Согласно недавнему опросу среди юношей Соединенного Королевства, большинство молодых людей часто испытывают тревогу, которая отрицательно сказывается на их работе и общении. Кроме того, опрос, проведенный Национальным институтом психического здоровья США, подтверждает: почти треть молодежи страдает от тревожности. Представители iПоколения, или поколения Z, также страдают от «эпидемии тревожных расстройств».

Количество молодых людей, страдающих от симптомов депрессии, также «взлетело до небес»; согласно Твендж, показатели на 2016 год были максимальными в истории человечества, а большинство первокурсников сейчас оценивают уровень своего психического здоровья «ниже среднего»[4]. Хотя 6 миллионов людей каждый год страдают от депрессии, ее

симптомы часто путают врачей, и те ставят неверный диагноз. «Мужчины чаще жалуются на усталость, раздражительность, потерю интереса к работе или увлечениям, чем на ощущение грусти или никчемности», — поясняет Твендж[5]. Вдобавок самоубийство, склонность к которому с 2000 года начала расти, сейчас находится на седьмом месте среди самых распространенных причин смерти мужчин, причем они совершают суицид в четыре раза чаще женщин.

Исследователи зафиксировали множество факторов, из-за которых мальчики растут эмоционально неполноценными. Психолог Роналд Левант из Университета Акрона даже предположил, что алекситимия, или «неумение выражать чувства словами», которая обычно является результатом пережитой травмы, также описывает эмоциональное состояние многих мужчин[6]. Доктор Джеймс О'Нил, профессор психологии Коннектикутского университета, всю свою карьеру изучавший жизнь мужчин, сделал вывод: «эмоциональная ограниченность» ведет к длинному списку нездоровых исходов, включая «нездоровую неприязнь к женщинам и геям, жестокое отношение к женщинам, опасное сексуальное поведение и поступки, представляющие риск для здоровья, употребление наркотических веществ и зависимость от них, психологический стресс и напряжение, неумение принимать чужую помощь, неправомерное поведение, высокий уровень давления, депрессию, тревожность и проблемы в браке и семье»[7].

Обычно из этих наблюдений делают вывод, насколько разными эмоциональными наклонностями наделила мужчин и женщин природа; вот только на самом деле и мальчики, и девочки в начале жизненного пути одинаково хорошо умеют выражать истинные чувства. Однако их эмоциональное развитие движется разными путями. Стефани Шилдс, психолог из Университета штата Пенсильвания, оспаривает традиционные заявления: по ее мнению, мальчики и девочки по-разному *выражают* эмоции, однако *испытывают* их одинаково. Разница обусловливается процессом адаптации: «Мальчик включает мальчишеские эмоции в свой репертуар, девочка включает девчачьи эмоции в свой, и оба усваивают, что эмоции противоположного пола для них недопустимы»[8].

Арли Хохшильд, социолог из Калифорнийского университета в Беркли, ввела термин «правила чувствования», чтобы описать, как общественные взгляды руководят человеческими эмоциями. Подстраиваясь под эти правила, дети принимают их как свою вторую натуру. Мальчики учатся не только «поверхностному исполнению», но также более основательному «глубокому

исполнению»[9], чтобы не только выказывать требуемые эмоции, но и испытывать их. Мальчики не просто должны выглядеть отважными и невозмутимыми, они должны *на самом деле* ничего не бояться. Мальчики разочаровываются в себе и стыдятся, если испытывают страх.

Волнения современной жизни загоняют родителей мальчиков в тесные рамки: времена меняются, воспевается эмоциональный интеллект, а мальчики сами желают, чтобы взрослых чаще волновало их душевное состояние. Вот только традиционные способы воспитания превращают мальчиков в эмоционально неграмотных мужчин. К счастью, старомодные взгляды все чаще оспариваются.

Например, школы учитывают новые возможности и отзываются на изменения. Программы социально-эмоционального обучения сейчас воспринимаются как обыденность. В школе для мальчиков, которая долгое время была моим местом работы, администрация решила представить всем старшекурсникам программу, основанную на поддержке сверстников и умении слушать друг друга. На семинарах по экстренной эмоциональной поддержке мы разговаривали о неудачах в повседневной жизни, обидах и волнениях, противореча традиции держать все в себе. Мы рассказали мальчикам об умении делиться переживаниями и слушать друг друга, после чего попросили их выбрать напарника и опробовать с ним данный подход.

Разбившись на пары и разошедшись по углам просторной комнаты, мальчики с крайней заинтересованностью принялись беседовать друг с другом. Меня изумило, насколько легко они приняли вызов; и это изумление стало очередным доказательством того, сколь сильно на нас влияют стереотипы о, как сказал профессор Томас Ньюкирк из Университета Нью-Гэмпшира, «мужской неприязни к искренности»[10]. Однако современное поколение — или по меньшей мере его представители, бывшие передо мной, — нуждалось в способах борьбы с волнением и печалью. Кроме того, обводя взглядом помещение с мальчишками, которые сидели на трибунах, на полу и на свернутых матах, а порой и стояли, опершись о стены, я поразился тому, насколько они нуждаются в том, чтобы взрослый человек позволил им нарушить негласный запрет и побеседовать друг с другом. Они преодолели воображаемую границу — по моему указанию, но ни за что не сделали бы этого по собственной воле.

Некоторым было тяжело справиться с упражнением, и они отказывались продолжать. И хотя большинство, невзирая на неловкость, решились на участие, они все равно юлили и

лавировали, упрямо не желая касаться незнакомых и запретных тем. Один мальчик настолько разнервничался, что начал отвлекать соседей, после чего открыто признался: «Мне не о чем рассказывать». И Ньюкирк, и психолог Уильям Поллак (автор книги «Настоящие мальчики. Как спасти наших сыновей от мифов о мальчишестве») точно описывают «двойные стандарты» в сфере эмоционального взаимодействия мальчиков. Поллак сказал следующее: «Мальчик знает: если он сам сядет и начнет говорить о своих низких оценках, болезни матери или одиноких выходных, он нарушит „мальчишеский кодекс“»[11].

Когда мы обсуждали результаты упражнения, я пришел именно к таким выводам — чем не преминул поделиться с мальчишками. Большинство мужчин привыкли скрывать свои внутренние переживания. Прежде чем начать консультацию с позиции взрослого человека, я признался мальчикам, что не помню, когда сам последний раз давал волю чувствам. На самом деле я вообще не мог вспомнить, чтобы кто-то спрашивал меня о моих ощущениях, — ни родители, ни учителя, ни тренеры, ни даже друзья этим не интересовались. Если эмоциональный интеллект заключается в чтении чувств и переводе их на язык слов, то я, по сути, стал слепым и немым в этом плане. Совсем как некоторые мальчики до этого, я испытывал сильное смятение, желая поделиться тревогами с ближайшими друзьями или родителями. Я понимаю мальчиков, которым «не о чем рассказывать». Моя эмоциональная сторона всегда была покрыта завесой тайны, и я был совершенно не в силах понять, как мне выразить чувства.

Очевидно, результаты исследования о «настоящих мужчинах» верны и за подавление чувств действительно приходится платить. К счастью, правила чувствования, определяющие эмоциональное развитие, меняются. Доктор О’Нил, основываясь на анализе исследований, поделился оптимистичными прогнозами. «В Америке происходит сдвиг парадигмы того… как жители США воспринимают мужскую эмоциональность, — пишет он. — Мужчины как никогда прежде свободны быть уязвимыми, эмоциональными людьми»[12].

Отчасти такие изменения обусловлены практической необходимостью, ведь современный мир все чаще требует «мягкого» подхода к воспитанию в мальчиках заинтересованности, упорства и умения держать себя в руках. Знаменитая книги Дэвида Гоулмана «Эмоциональный интеллект», выпущенная в 1995 году, передала дух эпохи и пробудила новый интерес у научного сообщества. Эмоциональный интеллект, который, согласно определению организации «Collaborative for

Academic, Social and Emotional Learning»[9] (CASEL), включает в себя навыки самосознания, самоуправления, социальной сознательности, общения и ответственного принятия решений, с тех пор стал предметом тысяч исследований[13]. Рост количества школьных программ, включающих в себя социально-эмоциональное обучение (*англ.* social-emotional learning, SEL), является прямым результатом распространения концепции. К 2005 году 60 % школ в США ввели программы по обучению эмоциональным навыкам.

Анализ более двух сотен исследований SEL-программ, проведенный в 2011 году, подтвердил эффективность данного подхода в 270 000 случаев. Авторы заключили: «Социально-эмоциональное обучение усиливает приверженность детей школе, дисциплине и достижениям в учебе»[14]. В результате опроса учителей, проведенного в 2012 году, было обнаружено следующее: «Педагоги знают, этим навыкам можно обучить; желают, чтобы школы как можно чаще включали данную практику в расписание, инструкции и школьную культуру; и уверены, государственные образовательные стандарты должны отражать данную тенденцию»[15]. Прошло много лет с тех пор, когда идеалом мужественности считали стойкость, сдержанность и мрачную решимость; за это время мальчики успели узнать очень много о своих эмоциях.

Йельский центр эмоционального интеллекта разработал подход, «позволяющий включить эмоции в самую основу школьного образования». Он теперь применяется в 1200 общеобразовательных, чартерных[10] и частных школах в США и за пределами. Программа нацелена на обучение преподавателей тому, как воспитывать в детях умение узнавать, понимать, называть, выражать и контролировать эмоции (концепция «RULER»). Когда Марка Бракетта, основателя и директора Центра, спросили, насколько хорошо школы приняли его концепцию, он ответил: «Честно говоря, нас завалили предложениями о сотрудничестве. Теперь мы каждый год получаем сотни заказов на обучение учителей в общеобразовательных, частных и чартерных школах»[16]. Помощь родителям и учителям в воспитании эмоционально грамотных мальчиков показывает: мы наконец отрываемся от закрепленного веками пренебрежения, угнетения и непонимания. Дома родители в состоянии помочь сыну развить эмоциональную грамотность, просто слушая его с искренним интересом и терпением. А в школе ученики уясняют, как распознавать эмоции и разбираться в них, при этом не давая им овладеть собой. Главное в подобных программах — сосредоточенность на практике. Дети учатся не только понимать

свои чувства, но также выражать их, основываясь на своем понимании. В юных головах укрепляется связь между эмоциями, сознанием и действиями, что не дает негативным эмоциям взять верх и вызвать бурный отклик.

Когда тот юноша сказал: «Мне не о чем рассказывать», он озвучил проблему традиционного школьного воспитания, не учитывающего эмоциональное развитие. Чересчур часто такое воспитание применяется к мальчикам. В жизни мальчика намного меньше возможностей выработать и отточить навыки эмоционального интеллекта. Согласно данным измерений по шкале уровней эмоциональной осознанности (*англ.* Levels of Emotional Awareness Scales, LEAS), разработанной Ричардом Лэйном из Аризонского университета и Бьянкой Зей Поллерманн из Женевского университета, показатели у девочек обычно выше, чем у мальчиков[17]. Изменения произойдут только тогда, когда взрослые смогут оказать мальчикам достойную поддержку.

Как стать счастливым мужчиной

Гендерное неравенство в эмоциональном развитии отражается на результатах, к которым приводят новые возможности. Подстраивая мальчиков под нормы мужественности, мы жертвуем их эмоциональной грамотностью. Но, к счастью, мальчики и сами не прочь все изменить — была бы возможность.

В школе Хейверфорд мы разработали программу консультаций среди сверстников, чтобы мальчики могли практиковать эмоциональные навыки: умение слушать других и сочувствовать им, открыто разговаривать на непростые темы, не сдерживать болезненных эмоций, порой выплескивая их потоком. Немного уговоров — и зацикленные на учебе студенты, звезды театра, а также первый дивизион Футбольной лиги и рестлеры начали слушать друг друга, проявлять сочувствие и делиться своими волнениями и переживаниями. Устанавливая связи и обретая уверенность в себе, мальчики обращаются к эмоционально тяжелым темам — например, к теме общения с родителями или девушками, секса, порнографии, а также наркотиков и алкоголя. Собравшись с храбростью, они рассказывают о самых жутких своих проблемах, а иногда и признаются в поступках, которые их тревожат или о которых они сожалеют.

В противовес стереотипам о неграмотных в эмоциональном плане мужчинах эта программа дарит надежду на то, что

мальчики способны полноценно выражать свои чувства. На самом деле, когда они и правда решаются поведать о своих непростых ощущениях, они радуются, что «программа консультаций среди учеников старшей школы» позволила им избавиться от прежде сдерживаемого напряжения.

Один из участников объяснил это так:

> Пока не ввели эти консультации, в минуты злости или грусти я просто закрывался в комнате и ни с кем не разговаривал. Беседы со сверстниками показали мне: в такие моменты намного лучше выговориться кому-то. Когда я расстался с девушкой, то поделился этим с лучшим другом, хотя раньше просто заперся бы в комнате. Консультации дали мне понять: когда ты рассказываешь о своих невзгодах, тебе становится легче. Поэтому я решил поговорить с другом, и это правда помогло мне оправиться. Мне просто стало легче.

Возможность быть искренним друг с другом все еще кажется нереальной в привычном для нас мире мальчиков, где царит самоотречение. Один из учеников заметил огромную разницу между поведением мальчиков во время консультаций и в остальное время. После этого он задумался: «В возможности побыть уязвимым и увидеть слабые стороны одноклассников есть что-то настолько искреннее, что вечером после той встречи я разревелся. Я все эти несколько дней только об этом и думал».

Исследователи обнаружили: чем старше становятся мальчики, тем реже они «проявляют эмоции». Однако опыт внедрения нашей программы показал: когда создаются подходящие условия для эмоциональной близости, мальчики охотно поддаются ей; вот как это объясняет тот же мальчик:

> Возможность поднять любые темы в рамках консультаций, уверенность в том, что тебя выслушают, мне кажется, как раз и позволяет ощутить себя защищенным. То есть здесь ты никого не осуждаешь. А вроде как пытаешься поставить себя на его место. Думаю, именно поэтому здесь я чувствую себя защищенным; то есть никто не скажет мне: «О боже, да как ты посмел!» Или знаете: «Да как ты мог об этом подумать!» Тут, знаете, скорее скажут: «Как я тебя понимаю». И, возможно, попытаются вроде как утешить. Думаю, так мало где делают. Поэтому здесь я чувствую себя защищенным.

Существует много примеров того, как мальчики с течением лет становятся все более искренними благодаря «защищенности». Тэйт был всеобщим любимчиком: его доброта и искренность завоевали сердца одноклассников. Из-за сильных проблем с весом он не занимался спортом, однако неизменно появлялся на играх и матчах, болел за одноклассников. Вскоре после того, как он присоединился к программе консультаций, я попросил его высказаться перед остальными — мы делали так каждую встречу, и это шло на пользу как группе слушателей, так и самому выступающему.

Несмотря на всю свою доброту и великодушие, Тэйт поделился историей о том, как тяжело и одиноко мальчикам, которым не хватает сочувствия и понимания. Свою речь Тэйт начал с признания о том, что несколько лет назад у него умерла мама. По лицам остальных мальчиков я понял: никто и не слышал о его потере — Тэйт так и не решился сказать об этом ни учителям, ни друзьям. Когда он перешел к описанию того, как в тяжелые минуты посещал могилу матери, ставил там складной стульчик и рассказывал о своих печалях, мы намного отчетливее осознали, насколько же он одинок. Тэйт добавил, что не знает своего отца, поскольку тот не жил с ними, и не желает обременять бабушку с дедушкой, его опекающих. Пока Тэйт рассказывал о себе, тепло поддерживаемый друзьями, я не мог избавиться от мыслей о том, сколько лет после смерти матери ему приходилось в одиночку нести в себе эту боль.

К сожалению, Тэйт не единственный мальчик, которому приходится хранить подобные тайны. Когда мы впервые встречаемся с новым потоком детей в сентябре, многие из них пытаются отгородиться от внешнего мира. Но совсем как Тэйт, смело преодолевший этот барьер и рассказавший о себе, другие мальчики также отвечают на наш призыв. Ведь нам известно надежное средство, которое помогает мальчикам открывать свои сердца. Мальчики желают того же, что и все: говорить с кем-то, кто выслушает, поймет и поддержит. Возможность поделиться своими искренними эмоциями — это своеобразный путь к счастью.

Ближе к концу года один мальчик написал:

> Главное, чему меня научили консультации, — это быть мужчиной; а точнее, быть счастливым мужчиной. Сквозь стены в школу проникает множество неверных суждений о том, каким должен быть мужчина, однако я сумел определить для себя, что значит быть счастливым. Я знаю, что счастье — искренне выражать свои чувства и

не бояться осуждения. Я знаю, что счастье — бороться за то, что тебе дорого. Я знаю, счастье заключается в умении нести ответственность за свои действия. Я понял: приняв свои слабые стороны и сознавшись в оплошностях, я обогатил свою жизнь, вдохновился на дальнейшие достижения, научился смирению и открыл для себя мир прощения и любви к самому себе.

В своей клинической практике я часто сталкиваюсь с огромной разницей между чувствами мальчиков и словами их близких. Для мальчиков в порядке вещей хранить тайны. Однако подавление эмоций никогда не идет на пользу, проявляясь в поведении. Вдобавок чувства, запертые в клетке сдержанности, со временем усиливаются и искажаются.

Именно это произошло с Шоном, который к шестнадцати годам стал проблемным во всех отношениях — как в школе, так и дома; более того, он даже привлек внимание полиции. Когда его отец позвонил мне, чтобы записать сына на консультацию, я получил целый список претензий. Шон не успевал на занятиях, дерзил дома и, невзирая на предупреждение родителей о его генетической предрасположенности к зависимостям, пробовал пить и, может, даже употреблять наркотики. Шон был очень одаренным спортсменом, однако непостоянство в результатах привело к тому, что тренер потерял веру в его способности. Куда ни глянь, везде Шоном были недовольны — и списывали все на его неумение принимать решения, скверный нрав, недостаточную силу воли или что еще похуже. Он активно двигался по пути «плохого мальчика». Я ожидал увидеть крепыша, поэтому юноша, вошедший в кабинет, удивил меня. Едва перешагнув порог, он расплакался. В течение этой и всех последующих встреч Шон охотно выгружал на меня все скопившееся напряжение и эмоциональную боль. Он открыто рассказывал о том, что разлад с родителями разбил ему сердце. По его мнению, он не имел права на ошибку: родители тут же бросались обвинениями, приходили в ярость и наказывали его или, наоборот, нарочно вели себя с ним равнодушно. Реагируя лишь на те неприятности, которые доставлял им Шон, родители забыли, что их сын — живой человек со своими эмоциями. Мальчик страдал от страха и одиночества и ухватился за наши консультации как за долгожданную возможность выговориться и добиться понимания.

Избавившись от давления печальных эмоций, Шон начал яснее осознавать свои поступки и наконец лучше владеть собой. Однажды Шон рассказал, что всегда нуждался в возможности выговориться. Он объяснил: необходимость держать все в себе

ощущалась так, словно «внутри что-то давит». Однако непонимание родителей и новые проблемы стремительно накладывались друг на друга, а юноше совершенно не с кем было поделиться. И, чтобы освободиться от давления, он обратился к алкоголю и наркотикам.

К счастью, Шон смог верно оценить положение дел и осознать разрушительную природу своего поведения. Он согласился поучаствовать в программе лечения от алкогольной и наркотической зависимости, чтобы впредь привычка подавлять свои чувства не привела к печальным последствиям. Беседуя с родителями, он объяснял, как те могли бы помочь ему. Он подтянул оценки и начал прилагать больше усилий на футбольных тренировках, в конце концов получив спортивную стипендию на обучение в престижном колледже.

Мое удивление от способности Шона осознавать свои чувства показывает, насколько сильно общество привыкло к стереотипу о сдержанных мальчиках. Я просто не был готов к тому, что мальчики, такие как Шон и Тэйт, способны осознавать свои глубинные эмоции. Благодаря воспитанию стереотипы о настоящих мужчинах глубоко въелись в мое сознание. Когда я начал практиковать консультации со своими сверстниками, мне уже несколько лет не с кем было открыто поделиться искренними эмоциями. Я едва понимал, что очерствел, пытаясь пересилить свои непростые чувства и двигаться дальше.

Почти весь первый год я пробирался к спрятанным в глубине души эмоциям на ощупь. И медленно учился испытывать их вновь. Мне пришлось заново осваивать изначально данное природой. Всеми силами пытаясь вернуться к полноценной жизни, я вспоминал, как меня заставляли молчать, как меня стыдили, как мне угрожали или как меня игнорировали. Через несколько лет, встречая мальчиков, похожих на Шона, — умеющих в нужную минуту разрушать эмоциональные барьеры, — я изумлялся тому, насколько они открыты общению.

Чтобы вновь получить доступ к собственному сердцу, мне понадобилось много труда, собранности и веры в себя. Однако огорчение по поводу моей замкнутости и ощущение потери важной части жизни не позволяли сдаваться. Восстанавливать целостность разума было больно — я накопил в себе отнюдь не самые положительные эмоции и воспоминания, — однако после того, как я позволил себе чувствовать, жизнь стала лучше во многих отношениях. Я не только снял напряжение, но и взглянул на мир вокруг себя иначе — уже не через призму разочарования, горечи и страха. Даже неосознанные чувства, которые я привык воспринимать с унынием и цинизмом, поддались под напором

бесед, в течение которых меня слушали. Возвращение к эмоциональной ипостаси позволило мне обрести надежду и силы.

Большинство мальчиков, юных и все еще открытых, справляется с подобным быстрее, чем такие зрелые люди, как я. В нашей школьной программе мы учим мальчиков распознавать, выражать и контролировать свои чувства. Поначалу уровень эмоциональной открытости у всех разный и зависит от того, как часто дети испытывают стресс и каков их опыт общения. Однако, приняв участие в программе, каждый мальчик учится выражать свои чувства — и с радостью делает это. И Тэйту, и Шону мешали сложные эмоции, которые они никуда не могли выпустить. Неправильные решения накладывались на отчужденность, что в итоге приумножало отрицательные последствия.

В жизни мальчиков наиболее важную роль играют два эмоциональных состояния, особенно в тех случаях, когда дети не могут оправиться от неудачи. Стыд и гнев — культурные нормы лишь усугубляют их влияние на мальчиков, путая их и мешая им развиваться в эмоциональном плане.

Чувство стыда

Развитие мальчика неотъемлемо связано со стыдом, в той или иной мере отравляющим самооценку. Доктор Джуди Чу, наблюдая за детьми от четырех до шести лет, обнаружила, что недостижимый идеал настоящего мужчины уже влияет на их жизнь: разница между тем, каков мальчик на самом деле и насколько, по его мнению, он соответствует культурным нормам, не дает ребенку расслабиться ни на минуту. «Начаться все может с насмешек друзей — над тем, что мальчик играет в „девчачьи“ игры или ведет себя как „неженка“, — однако эти насмешки будут преследовать его и в будущем, когда он, став солдатом и отправляясь в бой, будет дрожать от ужаса и осознания — вдруг этот ужас выставит его трусом», — пишет психолог Стивен Кругман[18]. Традиция совестить мальчиков, не вписывающихся в общественные представления, до сих пор передается из поколения в поколение. Кругман добавляет: «Адаптация мужчины к общественным нормам во многом происходит благодаря отвращающей силе стыда, помогающего формировать приемлемое мужское поведение и отношение, а также делает многих мальчиков чувствительными к стыду»[19].

Мальчики боятся выходить за рамки чужих ожиданий, ведь детей постоянно стыдят. Идеал настоящего мужчины, даже недостижимый, имеет вполне конкретные рамки; мальчикам

ежедневно напоминают о том, кем они должны быть. Родители, волнующиеся, насколько удачно их сын бросил мяч; учителя, теряющие веру в мальчиков, расстроенные их плохим поведением; тренер, пытающийся мотивировать мальчика оскорблениями и унижениями; одноклассники, которые только и ищут повода обозвать мальчика «геем», — все нацелено на то, чтобы исказить представление мальчика о себе. Мальчики уже в раннем возрасте — согласно Чу, к пяти годам — усваивают: им нужно определенным образом одеваться, говорить и общаться с другими, иначе их ждет порицание.

Поскольку осуждение исходит в первую очередь от самых близких людей, мальчики не могут избежать безжалостной критики. Отрицательные мысли влияют на представление ребенка о себе, и в итоге он решает не делиться своими сомнениями. Как объясняет Кругман: «Когда мальчик опускает руки, стыд растет и обволакивает его истинную суть»[20]. В каких-то случаях чувства прячутся в самых глубинах души мальчика и становятся недоступными даже близким ему людям. Мальчик настолько привыкает действовать без оглядки на сомнения, что впоследствии делает это неосознанно.

Однако бегать вечно не получится. Порой чувства стыда никак не избежать. В пример можно привести Джоша, очень способного и чувствительного тринадцатилетнего мальчика с синдромом дефицита внимания. Диагноз осложнял ему жизнь — как в плане учебы, так и в плане отношений с окружающими. Мальчик привык быть худшим в классе и постоянно получать от учителей замечания за шумное поведение. Ему тяжело оказалось вписаться в жизнь класса — с ее радостями и горестями. Уязвимый и смятенный, он вскоре стал мишенью для скучающих или выпендривающихся детей. Джош долго копил в себе обиду, это приводило к срывам и, конечно же, лишь ухудшало отношения с учителями и одноклассниками. Его родители все сильнее переживали. В конце концов они записали Джоша ко мне на консультацию.

Как мне сразу стало ясно, в их семье царил традиционный уклад: отец Джоша большую часть дня проводил на работе и играл роль миротворца, а мать мальчика тем временем вынуждена была изображать строгого командира. Когда они пришли ко мне в кабинет, отец разговаривал с сыном ласково; мать же чаще отзывалась на все с раздражением и разочарованием и была не так уверена в себе. Родителей беспокоили не только школьные проблемы Джоша, но и его стычки с матерью. Невзирая на все сложности положения, мальчик был глубоко привязан к родителям и все еще боялся

расстроить их. Больше всего на свете Джош желал порадовать свою маму и стать гордостью семьи.

Пытаясь определить причины его плохого поведения и истерик, я понял: Джош отчаивается, когда ничем, по его мнению, не может порадовать мать. И в ответ на напряжение, повисшее между ними, мальчик либо взрывается, либо замыкается в себе. Джош научился зарываться в графические новеллы и видеоигры, упрямо сопротивляясь попыткам отвлечь его. Родители сочли, что он молчит в знак протеста, и прибегли к наказаниям. Например, они забирали у него всю электронику и таким образом не позволяли выйти в социальную сеть и пообщаться с немногими имеющимися друзьями. Отношения родителей с Джошем стремительно ухудшались.

Как только Джош открыл мне, насколько любит свою семью и желает оправдать ожидания, я настоятельно посоветовал ему рассказать правду о своем поведении. С моей терпеливой поддержкой мальчик сумел объяснить родителям: он молчит не в знак протеста, а из-за одолевающего его стыда. С моей помощью родители Джоша пришли к мысли, что должны не обвинять сына, а убедить его в следующем: даже оплошав или столкнувшись с неудачей, он не перестанет быть добрым мальчиком. Родители открыто объяснили сыну, что не бросят его, если он собьется с пути.

Стыд в любом случае необходимо пережить, иначе он будет преобладать в отношениях мальчика — с самим собой и окружающими. К стыду можно подойти как со здоровой, так и с нездоровой стороны. Если прятать свой страх и неуверенность, стыд лишь разрастается, хотя могло бы показаться, будто сокрытие негативных эмоций — самый что ни на есть верный выбор. Однако ребенок научится принимать свою еще не сформировавшуюся и несовершенную личность, только если его эмоции поймет и примет кто-то другой. Тогда мальчик сумеет независимо оценить представления о мужественности и даже самостоятельно дать критику этим нормам. Он смирится со своими слабыми сторонами и поддастся попыткам близких людей утешить его, невзирая на свои провалы и огрехи.

Дерек был стеснительным, но способным городским мальчиком, который обучался по стипендии в пригородной частной школе. Вежливый и трудолюбивый, добросердечный и одаренный, он обычно был нетороплив на реакцию, поскольку предпочитал сначала изучить положение дел вокруг него и не действовать наобум. Все любили Дерека, у него было много друзей, однако его отношения с ними были не слишком крепкими. С ним было весело, и его часто приглашали в гости,

но, едва он приходил, о нем могли тут же забыть.

В конце концов тренер по бегу заметил неуверенность Дерека и, решив, что тот способен на большее, отвел мальчика в сторонку и спросил, доволен ли тот своими успехами. В ответ на искреннее любопытство тренера Дерек заметил: он осознает свой недостаток. И рассказал, когда впервые начал «сдерживать себя». Оказалось, его отец, не получивший должного образования и достойной работы, потерял контроль над собственным гневом. Дерек был свидетелем жестоких ссор между родителями. Однажды отец куда-то ушел, а Дерек с братом легли спать; однако затем мальчика разбудил грохот и крики. В конце концов он услышал, как отец поднимается по лестнице, крича, что сейчас заберет детей и уйдет из дома. Отец ворвался в комнату; мать нагнала его в попытке остановить. Отец вытолкнул ее из комнаты, и та упала с лестницы. Это наконец привело буяна в чувство; он выбежал из дома — и больше не возвращался.

После этого семья вернулась к прежней жизни. Однако мальчик был потрясен и сбит с толку противоречивыми эмоциями. Как это часто бывает у детей, он ощущал ответственность за то, что не остановил отца и позволил ему причинить боль матери. Он оцепенел от потрясения и страха и ничего не сделал — и теперь винил себя. Он решил не рассказывать никому о пережитом, и привычка сдерживаться укоренилась в его сознании. Дерек объяснил тренеру, что ему не нужна «чужая жалость». В его новой школе среди местных ребят (друзей Дерека и его товарищей по команде) и без того о городских семьях думали стереотипно.

Наконец-то высказавшись, Дерек смог обратиться к ограничивающему его стыду. Вместе с тренером они разработали план. Тренер попросил Дерека выкладываться на полную: не сдерживаться, даже если отчается. Во время тренировок он кричал на мальчика, чтобы тот бежал быстрее, старался лучше. Наконец в один из изнурительных дней Дерек не выдержал — и на финишной линии взорвался кипящей яростью и слезами. Вся обида и огорчение, которые тормозили его, вылились наружу. Тренер сел рядом с ним на беговой дорожке и просто выслушал мальчика, а также дал ему понять, что в его эмоциях нет ничего предосудительного.

Честность Дерека и чутье тренера позволили первому освободиться от стыда. Оба поняли: эмоциональная сдержанность негативно сказывается на спортивных результатах. Необходимость закрывать свое сердце и постоянно быть начеку высасывает из мальчиков жизненные силы.

Чувство стыда может заставить мальчика отгородиться от

внешнего мира в попытке избавиться от тревожного самобичевания. Мальчики рано начинают стремиться к уединению. Нормальное желание сохранять близкие отношения с матерью, например, становится недопустимым, когда мальчику внушают, будто он должен быть стойким, независимым и самодостаточным. Согласно словам психолога Уильяма Поллака, «мучительный процесс отчуждения, в течение которого маленьких мальчиков стыдят и отстраняют от матерей намного дальше, чем положено по природе, а затем обделяют отцовским воспитанием, разрушительно влияет на эмоциональную жизнь мальчика»[21]. Матери всего мира горюют, когда их мальчики подрастают и стесняются обнимать их на людях, боятся показаться «маменькиными сынками» или «малолетками».

Если давление будет достаточно сильным, мальчик займет оборонительную позицию, чтобы замаскировать постыдное чувство привязанности и любви. Самый распространенный подход заключается в отрицании подобного рода желаний в принципе — «мне никто не нужен» — или в укреплении уз с другими мальчиками и нарочито «мужественном» поведении в отношениях. У некоторых мальчиков отчуждение вызывает злость и гнев. Чем меньше у них возможностей поделиться своими тревогами, тем скорее они направляют эмоции в единственно возможное русло.

Злые мальчики

Злость у мальчиков особенно хорошо демонстрирует, насколько различны эмоциональные правила для мужчин и женщин. Считается, девочки должны сдерживать злость — быть «хорошими», — в то время как мальчикам нередко разрешено гневаться в открытую. В результате мальчики чаще ведут себя агрессивно и враждебно, а также прибегают к воровству и иному антисоциальному поведению. В этих эмоциональных правилах и заключается парадокс, сбивающий с толку тех, кто воспитывает мальчиков. Если злость — единственный доступный мальчикам способ проявления эмоций (таких, как страх, обида, разочарование, горе), то как им развивать свой уровень эмоционального интеллекта? В своей книге «Speaking from the Heart: Gender and the Social Meaning of Emotion»[11] Стефани Шилдс, психолог из Университета штата Пенсильвания, пишет: «Проявления злости — *основной* парадокс стереотипных представлений об „эмоциональных женщинах и сдержанных мужчинах“». Согласно стереотипам, эмоциональной должна быть

женщина, однако злость, которая является не чем иным, как эмоцией, почему-то должна быть свойственна мужчинам[22].

Шилдс продолжает: злость проявляется, «когда мы уверены, будто у нас отняли нечто, по праву нам принадлежащее»[23]. В отличие от печали, злость побуждает действовать. Злой человек ведом порывом восстановить справедливость и считает: применение грубой силы более чем оправданно. Чем выше положение человека, тем чаще он склонен гневаться; чем ниже — тем чаще потери будут сопровождаться ощущением грусти и вины.

Злость может быть как чертой характера, так и эмоциональным состоянием. Если рассматривать ее как черту характера, можно сказать: одни люди сердятся чаще других. Например, для некоторых мальчиков совершенно нормально терять контроль над собой во время занятий или тренировок; их огорчение переливается через край. Или окружающие могут ходить на цыпочках вокруг мальчика, поскольку тот в любой момент может взорваться. Что бы родители ни пытались обсудить с Дэвидом — звонки из школы по поводу его поведения, ухудшение оценок, ссоры с сестрой, позднее возвращение домой, соглашение по поводу использования интернета, — мальчик неизбежно отвечал гневом. Он никак не мог сдержать огорчения и разочарования. А злость Чеда, например, проявилась только тогда, когда одноклассник довел его своими подначками. Два разных вида злости подпитываются двумя разными источниками: свободой злиться на несправедливое обращение и более общим осознанием своего права на гнев.

Автор Меган Боулер, профессор Университета Торонто, также различает два вида злости: нравственную и оборонительную — в зависимости от реакции, ее вызывающей. Когда мальчик уверен, что является жертвой несправедливого отношения, злость порождается его нравственным негодованием и жаждой правосудия. Но когда мальчик ощущает угрозу, его злость скорее обусловлена страхом. Недавно я встретил одного юношу, у которого были сложные отношения с отцом; во время очередной ссоры он почувствовал себя настолько изможденным, что начал безудержно дрожать. Было ясно: сильные чувства, вызванные отцом, оказались сильнее сдержанности. Боулер пишет: «Оборонительная злость имеет причиной две основных эмоции: страх как отклик на изменения и страх потери. В большинстве случаев, испытывая страх, мальчики предпочитают проявлять злость, чтобы не чувствовать себя уязвимыми»[24].

В своей книге «Angry White Men: American Masculinity at the End of an Era»[12], опубликованной в 2017 году, социолог Майкл

Киммел рассматривает право на агрессию как явление, прошедшее долгую историю развития. Задыхаясь от растущего давления гендерного и расового равенства, а также осознавая, насколько сегодня ограничены их возможности, некоторые мужчины уверены, будто они имеют «право на агрессию, вызванную недовольством»[25]. Вместо того чтобы признать свой страх и обиду, эти мужчины говорят о праведном гневе. Ведь у них забрали «принадлежащее им». Похожие эмоции испытывали мальчики-футболисты из команд моих сыновей, если их отстраняли от игры или отправляли на скамейку запасных. Вместо того чтобы признать свою вину, они — а иногда и их родители — начинали жаловаться на тренеров, отнимающих у них игровое время, «принадлежащее им» по праву.

То, как мальчик выражает злость, нередко определяется возможными рисками. «Навлеку ли я на себя неприятности?» «Сумею ли я справиться с последствиями?» Чем сильнее разница в поведении мальчиков и девочек в школе, тем чаще мальчики проявляют агрессию. Дерзость и намеренная враждебность до сих пор считаются чертами, свойственными злобному, недружелюбному ученику исключительно мужского пола. Как обнаружили эксперты, примерно по тем же причинам с мальчиками обходятся строже.

Следующая история из моей практики объясняет, каким образом люди обычно связывают злость и плохое поведение. Лоренс учился в средней школе и почти всегда хотел есть. Обычно он сам собирал себе обед по утрам, вынимал бутерброд из холодильника; вот только одним утром он забыл это сделать и лишь в столовой обнаружил пустой ланчбокс. У него не было денег, а друзья уже и без того устали от его ежедневных попыток выклянчить добавку. Мальчика захлестнула злость по отношению к матери и пробудила в нем желание действовать. Он встал в очередь за едой, набрал себе всего и бросился прочь, не доходя до кассы. Лоренса поймали и отстранили от занятий за кражу, после чего его ждал разговор с матерью и соответствующее наказание — и лишь затем мальчик понял, что огорчение затмило его разум.

Злость мальчиков и вызванное ею плохое поведение нередко приводят взрослых в замешательство. Поколениями мы считали разницу в эмоциональности и поведении между мальчиками и девочками обусловленной гормональной активностью, хотя не было ни одного научного подтверждения данному факту. Мальчики злятся, потому что могут — и потому что им сложнее проявлять какие-то иные чувства. Многие мальчики дерутся, когда им кажется, будто они не могут поступить так, как желают — уйти от конфликта или дать волю эмоциям.

Когда я работал в семейном суде, одним утром судебный пристав сказал мне спуститься в подвал. Пока мы ехали вниз на лифте, он объяснил, что я должен поговорить со «своим» мальчиком. Двери лифта открылись, и в центральной одиночной камере я увидел своего подопечного, Найлса, угрюмого и в синяках. Чуткий, добрый мальчик с талантом художника, который еженедельно ходил ко мне на консультации, превратился в сурового, сердитого мужчину, отказывающегося признавать наши отношения. Его скрутили в коридоре, когда он по пути на очередную нашу встречу столкнулся с мальчишками из банды соперников и начал драку. Во время потасовки он вынул пару нунчаков, которую прятал в своих брюках.

Я не мог понять, почему Найлс сделал выбор в пользу грубой силы, если находился непосредственно на территории судебного органа, призванного решить его судьбу. Его отклик на тех мальчиков основывался скорее на инстинктах, чем на здравом смысле: Найлс счел необходимым так поступить. Загнанный в угол и забывший о возможных последствиях, он скрыл свой страх и стыд за вспышкой злости. Ведь злость была ему позволена.

То, что детские психологи Дэн Киндлон и Майкл Томпсон называют «культурой жестокости», позволяет мужчинам получить огромный опыт в противостоянии задирам и защите от прилюдного осмеяния[26]. Чувства, проявляемые мальчиками, нередко не соответствуют тому, что они испытывают на самом деле. Волнение и неуверенность, стыд и унижение не дают покоя многим ребятам. Однако общепринятые правила чувствования не позволяют мальчикам отступать или поддаваться страху.

Родители — духовные наставники сыновей

Эмоциональное развитие особенно сложно дается мальчикам. Мы привыкли объяснять разницу в проявлении эмоций физиологией. Однако наблюдения показывают: отличия в проявлении чувств у мальчиков и девочек чаще являются результатом эмоционального опыта, который обусловлен правилами поведения, различными для двух полов. Исследования подтверждают: каждый мальчик прячет за маской живое, чуткое сердце. Но мало кто из них способен в одиночку противостоять общественным устоям, загоняющим в рамки. Родители и опекуны должны бороться за благополучие мальчиков в первую очередь; для них естественнее всего сыграть роль «первых слушателей» и хранителей секретов. Ребенок бессознательно желает делиться обидой и печалью с близкими ему взрослыми, чтобы в ответ

получить утешение и понимание; подобное происходит еще в младенчестве, когда малыш хочет есть, мерзнет или чувствует себя одиноким, а с возрастом диапазон эмоций лишь расширяется. Духовный наставник ребенка — роль, которую должны принять на себя родители. Но как нам стать достойными советниками для сыновей?

Первым делом следует понять, что не так в ваших отношениях. Мальчики не всегда могут сами разобраться в сложных чувствах, однако лишь немногие из них получают необходимую помощь. Например, реакция родителей, порой неосознанная, мешает сыновьям проявить должное внимание, сочувствие и спокойствие. Бывают темы, которые тяжело обсуждать. А порой родители боятся пересекать границу и вмешиваться в «личные дела» сына. Тем временем мальчики, которые не вписываются во всеобщие представления о мужчинах, почти не имеют возможности поговорить с родителями, не огорчив их. Подобные волнения приводят к тому, что мать с отцом вынуждают сына стать мужчиной раньше времени. Напряжение может помешать отношениям самыми разными способами.

Кори и его мать пришли ко мне, когда у последней лопнуло терпение. Ее сын-десятиклассник валял дурака во время уроков и почти не занимался. Когда я поговорил с Кори наедине, то обнаружил: его незаинтересованность в учебе и низкие оценки вызваны тем, что юноша буквально каждый день под кайфом — именно так он справлялся с напряжением, повисшим в их семье после ухода отца. Его мать была убита расставанием с мужем, ее хватало только на работу и ежедневные обязанности. Кори оберегал мать и заботился о ней. А наркотики позволяли ему забыть о том, как он злится на отца и переживает за мать.

После развода родителей дом опустел, и Кори решил стать как можно более независимым. Юноша сказал мне, что не желает обременять свою мать еще сильнее. Однако он потерял не только отца, но и мать. И некому было помочь ему в борьбе с тревогами.

Он чудом упросил маму найти ему собеседника. Когда юноша сказал, что молчит обо всем, лишь бы не расстраивать маму, я возразил: он окажет ей неоценимую помощь, если позволит выполнять родительские обязанности. Кори неохотно согласился привести маму на следующую консультацию и открыть ей свое сердце. В течение следующей встречи мы вместе с матерью Кори выявили, как после ухода мужа ей было очень тяжело, однако она постепенно приходит в себя. Я убедил ее признаться сыну в том, что она стала сильнее, желает поддержать его и хочет вновь быть частью его жизни. Я позволил Кори поделиться своим

одиночеством и страхом, а также научил его полагаться на мать и внушил ему, что ответственность за сына не является для матери стрессом или непосильным грузом.

Меня удивило то, насколько часто родители забывают: их сын, даже превратившись в мужчину с низким голосом и большими мускулами, все равно нуждается в заботе и внимании. Чем старше мальчики, тем сильнее на их отношения с окружающими влияет миф о том, будто мужчина должен всегда нести ответственность в одиночку. Обычно я стараюсь проводить несколько консультаций совместно с родителями, ведь обучение основам взаимоотношений — лучший метод долгосрочного лечения из всех, которые я способен предложить. Когда я остаюсь наедине с мальчиком, я уговариваю его воспринимать свои эмоциональные потребности со всей серьезностью, а также общаться с родителями как с равными себе. Параллельно я напоминаю матерям и отцам: они до сих пор играют определяющую роль в жизни своего сына. И хотя родители не обязаны решать проблемы за мальчика, они могут поддержать его, выслушав и позволив ему разобраться в своих чувствах, прежде чем действовать.

Терпение и уверенность

Самые главные качества, которыми должен обладать человек, желающий выслушать мальчика, — это терпение и уверенность. Многим мальчикам по разным причинам пришлось возмужать раньше времени и научиться держать в себе любые сомнения или печаль, давая волю одной лишь злости. Поначалу опасной и непривычной будет казаться возможность все изменить и открыться. Некоторые мальчики могут испугаться, что так они вновь станут зависимыми и отдалятся от идеала настоящего мужчины. Родители не в силах избавить сына от подобных тревог; он должен сам сложить два и два и понять, насколько ему легче и спокойнее, когда рядом с ним близкие люди.

Когда мальчик, вынужденный подавлять свои эмоции, сталкивается с тревогой, неуверенностью и одиночеством, он может отыграться на родителе, пытающемся достучаться до него — а точнее, как кажется ребенку, отчитать его за какой-то промах. Сама попытка родителей достучаться до мальчика, скрывшегося за маской, подразумевает, что они желают увидеть его эмоции. Родители смогут уловить множество печальных эмоций, если мальчик даст волю беспокойству. Но в этом и суть: став приманкой, родители завлекают мальчика в более открытые

отношения.

Однако сложно не воспринимать слова и действия сына близко к сердцу. Многие родители почти не терпят дерзости и попыток оттолкнуть их, особенно если им приходится делать первый шаг навстречу ребенку. Я прошу недовольных и отчаявшихся родителей ответить на следующие вопросы: вы уверены, что изможденный ребенок должен взять себя в руки и подавить свое волнение, прежде чем вы его выслушаете? Вы и правда считаете, будто он разбирается в своих чувствах достаточно хорошо, чтобы спокойно говорить о них?

Не отступая, сохраняя спокойствие и даже тепло и понимающе улыбаясь, в то время как вас осуждают, обвиняют или отвергают, вы докажете, что в состоянии принять чувства мальчика. Мальчики предпочитают прятать свои тревоги под маской, а потому взрослые даже не подозревают, насколько сильны их переживания. Мальчики притворяются стойкими и отстраненными, чтобы не выдать свой страх перед, как им кажется, непреодолимыми трудностями. Задача родителей — раскрыть глаза сына на то, что он не один и что вместе можно все преодолеть (вопреки тревогам родителей).

Наращиваем отношенческий капитал

Иногда родители собираются выслушать сына в неподходящее время. Мальчик не хочет ничем делиться и пытается уйти от разговора. Вопросы кажутся ему придирками, тон — напряженным. Случается, мальчики так настойчиво сдерживают свое огорчение, а проблемы их выглядят настолько запущенными, что родители отчаиваются помочь сыну или понять его, им кажется лучшим выходом отступить и ворчать себе под нос, почти не скрывая раздражения.

Избегая тем, которые, по мнению мальчика, не по душе его родителям, предпочитая делиться с друзьями или романтическим партнером, а порой и вовсе замыкаться в себе, мальчики нередко поддаются влиянию препятствий, встающих на пути к открытому желанию родителей вступить в диалог. Тем важнее заранее научиться просто наслаждаться обществом друг друга и вместе веселиться — с помощью «особого времени» и других поводов побыть вместе. Справляясь с тяжелыми эмоциями, мальчики черпают силы именно из этого резерва.

Иногда мальчик открыто просит поговорить с ним; иногда нарочно ходит вокруг родителя, надеясь, что его заметят или ему удастся вклиниться в разговор. Если все складывается как надо,

родители просто позволяют сыну высказаться. Общие вопросы наподобие «Как дела?» или «Как прошел вечер?» дадут ребенку понять: вы готовы слушать. Однако родители не должны опускать руки, если мальчик откажется отвечать. Его замкнутость может быть обусловлена сторонними причинами, а попытки надавить лишь вызовут ответную злость. Порой сын будет благодарен родителям за настойчивость, но иногда им лучше довериться ему и не вмешиваться. Если молчаливый мальчик наконец раскроет сердце, он станет еще увереннее в себе и в своих отношениях с мамой и папой.

Многие родители подростков «желают знать» о них все скорее из волнения, чем из действительной необходимости. Однако родитель, пытающийся управлять жизнью сына, ошибается, считая, будто для ребенка в первую очередь важны не отношения, а его успеваемость, безопасность или его соответствие нормам, ожиданиям или ценностям. Мальчики обычно откликаются на подобный подход двумя способами: некоторые протестуют и отстраняются от родителей, чтобы почувствовать себя независимыми, а некоторые принимают условия родителей, забывая о собственных желаниях.

Оба моих сына играли в футбол в детские и юношеские годы: они начинали увлекаться им с четырех лет и продолжали играть всю старшую школу и даже в колледже. В течение этого времени мы с матерью бесчисленное количество раз наблюдали за ними с трибун, и я замечал множество нерешительных игроков, которые стремились раскрыть весь свой потенциал. И хотя некоторые из них всего лишь предпочитали футболу другие увлечения, многие ленились потому, что не желали идти на поводу у помешанных на футболе родителях. В конце концов те сдавались, и ребенок побеждал посредством поражения.

Вместо того чтобы управлять мальчиком, лучше научить его магии любви, понимания и сочувствия. Такой долгоиграющий подход, возможно, и не избавит родителей от волнения, заставляющего проявлять власть, однако он в большинстве случаев помогает наладить открытые отношения с сыном, особенно с подростком. Иногда в моей практике попадаются мальчики, которые почти обо всем рассказывают родителям. Их отношения с родителями держатся на прочной основе из веры в поддержку родителя, а не в указания и злость по любому поводу.

Как верно отзываться на злость

Возможно, верно отозваться на злость ребенка даже сложнее,

чем заставить его выговориться. Для мальчиков нормально злиться или просто раздражаться; в юношеские годы многие окончательно уверяются в том, что это единственные эмоции, на которые они имеют право. Однако сердитые мужчины представляют угрозу. Некоторые мальчишки через несколько лет заявлялись ко мне в кабинет с перебинтованными или загипсованными руками, а дома, в стенах их спален, зияли дыры. Подавляя напряжение и не имея возможности выпустить его, мальчики срываются на всех подряд. Злость мальчика, особенно когда он уже зрел физически, но не эмоционально, может привести к настоящему взрыву. Когда родители в ответ на злость ребенка сами проявляют агрессию или, испугавшись, пытаются показать свою власть, это лишь подливает масла в огонь.

Проявление злости — обычно начальный этап выражения эмоций, самый первый выброс негативной энергии, после которого дается воля более сложным чувствам. Если родители отзываются на злость ребенка со спокойствием и уверенностью, сын ощущает себя свободно и надежно, что позволяет увидеть под оболочкой его ярости более тонкие эмоции, такие как страх, стыд, разочарование и боль. Масштаб и сила всплеска зависят от оказываемой ребенку поддержки и того, насколько глубока его обида. Родители могут и вовсе не понимать, чем вызвана такая ярость. Однако все изменится, если юноша сумеет поделиться с кем-то своим страхом и разочарованием. Напряженные мышцы расслабятся, частое дыхание сменится спокойными, глубокими вдохами, а вместо реакции «бей или беги» родители увидят готовность мирно, откровенно говорить о наболевшем.

Играя роль духовного наставника сына, родители должны обратиться к собственному опыту и вспомнить, как их в прошлом обижали злые мужчины. Слишком уж часто связь между злостью ребенка и его давней травмой остается неосознанной. В таких случаях родителей обуревают сильные эмоции, вызывающие желание подавить злость сына или просто избежать общения с ним. Однако если родители не окажут ребенку эмоциональную поддержку, терзаясь собственными обидами, они упустят возможность защитить его от трагических последствий.

К примеру, Джон был уравновешенным старшеклассником, музыкально одаренным и опытным в общении. Семья обожала его и уделяла ему кучу внимания. И хотя он испытывал к обоим родителям одинаковое уважение и довольно сильную привязанность, его занятой отец часто полагался в воспитании на мать. У Джона были прекрасные отношения с матерью — до тех пор, пока он не стал подростком и не начал проверять ее нравственные ориентиры. Мать с сыном пришли ко мне по

рекомендации директора школы, заметившего, что Джон стал буйствовать и вести себя безответственно. Оценив ситуацию, я понял: даже следуя строгим установкам по поводу употребления веществ и сексуального поведения, мать Джона была не силах привить ему эти принципы. Когда мать была на грани, юноша либо лгал ей, либо изображал пай-мальчика, а сам тем временем все дальше и дальше шел по кривой дорожке. Если же мать пыталась отчитывать Джона, он злился, и та немедленно смягчалась. Когда я спросил мать, насколько однозначны методы ее воспитания, женщину охватила паника. Она была уверена, что ей ни за что не справиться с сыном.

Как выяснилось позже, давным-давно ее избивал отец-алкоголик, о чем женщина всеми силами пыталась забыть. Однако обида все еще была жива, и ее легко выбивали из колеи поведенческие черты, проявляемые сыном. Джон запросто мог ввергнуть мать в ужас. Целыми днями она страдала от мигрени. Чем чаще и настойчивее проверял мать Джон, тем сильнее были ее страх и тревога.

Родители, которым тяжело держать себя в руках в общении с сыновьями, будто заново переживают, осознанно или нет, случаи из прошлого, когда они были совершенно бессильны. Бессознательно такие родители в первую очередь стараются избежать конфликта, даже если их сын идет по пути саморазрушения. Возможно другое развитие событий, когда родители теряют самообладание, думая лишь о себе и забывая, что им необходимо уделить внимание своему ребенку.

Если родитель сумеет связать боль прошлого с эмоциями настоящего, это поможет ему не повторять одну и ту же поведенческую ошибку. Если осознать свой болезненный опыт, то получится и пережить его, после чего он будет намного меньше влиять на действия. И хотя для того, чтобы справиться с болью, понадобится время, те родители, которые готовы встретиться с ней лицом к лицу, намного реже вслепую подчиняются желанию видеть в сыне врага.

Если сохранять связь с мальчиком даже тогда, когда он злится, это позволит ему разобраться в своих, истинных и надуманных, ошибках, из-за которых начался разлад. Родители не совершенны, и им не нужно быть таковыми, а мальчик должен иметь возможность сказать, что ощущает себя брошенным, — иначе же он просто отдалится от родителей. Если просить мальчиков подавлять свои эмоции и быть «хорошими», то в случае конфликта они ни за что не пойдут мириться первыми. Поэтому, если есть возможность, родителю, который уже по голосу или взгляду определил в мальчике злость, лучше всего

спросить как можно более спокойным и уверенным тоном: «Я чем-то расстроил тебя?» — или: «На что ты обижен?». Если ребенок и правда обиделся, потому что родитель чего-то не сделал или не заметил, последнему стоит извиниться. Иногда бывает полезно извиниться и без веского на то повода: «Прости, я не проявил должного внимания». Надеюсь, у родителей хватит самолюбия и сил, чтобы принять на себя вину и восстановить отношения с ребенком.

Рекомендации для сотрудников школ

Программа консультаций со сверстниками, которую я описывал выше, практикуется в школах неспроста. Она прививает мальчикам навыки, необходимые для «взрослой жизни». Ее цели созвучны с целями программы социально-эмоционального воспитания. Согласно заявлению организации «Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning», деятельность которой посвящена исследованиям, проверке результатов этих исследований на практике и последующей разработке стратегий, социально-эмоциональное развитие детей — «основополагающий элемент успеха в школе». Когда мальчики, участвующие в программе консультаций, осознают эту истину, они тут же называют навыки, приобретенные или отточенные благодаря нашим беседам: умение слушать других, делиться своими чувствами и доверять кому-то. Они также с готовностью выслушивают истории одноклассников, тем самым укрепляя отношения с ними. Большинство убеждается: что бы ни произошло, их всегда поддержат.

Когда педагог налаживает отношения с конкретным учеником, необходимо отказаться от роли властного учителя, выставляющего оценки, и стать доверенным лицом, чтобы мальчик смог обсудить с ним личные проблемы. Если преподаватель не справится с собой и начнет давать советы, оценивать поступки, если будет осуждать ученика за несдержанность или спорить с ним, то ребенок может замкнуться в себе. Поэтому учителю следует налаживать личные отношения с каждым учеником, проявляя типичные знаки внимания — например, беседы об общих увлечениях, взглядах или схожем опыте помогают укрепить отношения. Также полезно проявлять уверенность и порой шутить, чтобы даже самые стойкие мальчики прониклись к вам симпатией.

Дисциплинарные меры пробуждают эмоции мальчиков. В школах слишком часто на первое место ставят поведение, и

преподаватели больше занимаются дисциплиной, чем общением с учениками. Насколько я могу судить, в основном это объясняют тем, что мальчиков лучше всего ограничивать строгими правилами. И я действительно встречал множество парней, которые лишь на горьком опыте познавали, что необходимо дважды подумать, прежде чем поддаваться порывам. Однако, полагаясь на одни наказания, педагоги забывают, что должны помочь мальчикам разобраться в жизни и обрести власть над своими эмоциями. Когда дисциплина строится в основном на системе наказаний, защитная реакция мальчиков проявляется в попытках объяснить подобный подход с точки зрения здравого смысла; в итоге мальчики приходят к откровенно нелогичным выводам, это не позволяет им осознать свои промахи и измениться.

Тед обычно вел себя тихо. Но однажды он принялся спорить с учительницей, уличившей его в использовании телефона во время занятия. И хотя мальчик был пойман с поличным, он решил, будто имеет особые привилегии. Когда преподавательница наказала Теда, тот подумал, что его совсем не слушали, и, сорвавшись, перестал стесняться в выражениях. К счастью, я пришел в школу в тот же день, пусть и позже, и вовремя помог ему. Тед с самого утра сидел в кабинете, куда отправляли наказанных учеников, совершенно один, однако едва я спросил о произошедшем, былое разочарование вспыхнуло с новой силой. Я выслушал мальчика, посочувствовал его положению, и вскоре Тед не выдержал и расплакался. Разобравшись в своих сложных чувствах, он понял, что на него слишком сильно давят.

Он был талантливым теннисистом, и, когда его переживания по поводу нелегкого поступления в колледж достигли пика, он с горечью обнаружил: матери важнее его успехи на корте, чем чувства. Юноша был одинок и запутался в себе, а когда преподаватель поймала его с телефоном, он, оказывается, отвечал на очень важное сообщение от матери. И в итоге Тед взорвался. Как только он рассказал мне обо всем, мы смогли решить, как правильно извиниться перед учительницей, объяснив ей: она здесь ни при чем, и приняв любое ее наказание. Однако мы также договорились провести совместную беседу с мамой, чтобы они с Тедом смогли поговорить начистоту. Установление ограничений обычно запускает цикл неблагоприятных событий, а не является его итогом.

К сожалению, многие подростки при первой же возможности отгораживаются от внешнего мира, поскольку им некому довериться. Чтобы подавить сложные чувства, мальчики обращают свои сердца в камень. Система правил и наказаний

часто кажется единственным способом управиться с очерствевшими мальчиками — настолько отчужденными и далекими они представляются взрослым. Однако есть и другой подход, который стоит опробовать: учителя и тренеры могут стать для ученика ролевой моделью.

В программе по предотвращению насилия, которую мы разрабатывали в Филадельфии и которую первая группа участников назвала «Мирным отрядом» (*англ.* «Peaceful Posse»), ключевым элементом было обучение местных руководителей работе в молодежных центрах, спортивных и церковных группах. Мы поставили перед собой цель: научить взрослых мужчин демонстрировать мальчикам, у многих из которых не было опекунов мужского пола, как справляться со своими эмоциями. Эти мужчины формировали группы продленного дня для мальчиков-подростков, в которых все участники, включая руководителя, рассказывали о своих тревогах. Главной задачей было убедить мальчиков, что эмоциональные проблемы совершенно нормальны, а рассказывать о своих чувствах — естественно. Взрослые должны были стать более реалистичными примерами для подражания — вытеснить образы активистов и воителей, пропагандируемых в видеоиграх, фильмах, телевизионных передачах.

Следуя всеобщему настрою, тренер по лакроссу из пригородной школы — выпускник Вест-Пойнта и любимый всеми учитель математики — выступил с речью во время командных сборов. Он назвал свою речь «Плач», поскольку понял: многие мальчики, которых он обучает и тренирует, — заложники стереотипного представления о настоящих мужчинах. В своей речи он поделился наблюдениями о том, насколько естественно для чуткого мужчины открыто делиться своими чувствами — например, обидой, горем и печалью. Он признался, что решил не скрывать свои истинные чувства перед друзьями и плакал тогда, когда это было необходимо. И хотя этому тренеру пришлось пойти против общественных норм, запрещающих мужчинам быть настолько открытыми, он счел своим долгом честно рассказать юношам, для которых был примером, об эмоциональной стороне мужской жизни.

Занятия спортом — еще один повод проверить выдержку мальчика и помочь ему лучше разобраться в своих эмоциях. Многие тренеры, особенно работающие с мальчиками помладше, желают не только привести своих подопечных к победе и сделать из них спортсменов, но и закалить характер. Они понимают, что их наставления в итоге перерастут в разговоры по душам с теми мальчиками, которые не могут выложиться на полную. Когда

тренер просит мальчика оценить себя на фоне команды или соперников, особенно если игрок перед этим допустил промах, двери, что прежде были надежно заперты, распахиваются. Когда на мальчика рассчитывает целая команда, он особенно остро переживает страх и ощущает никчемность — это позволяет ему открыто делиться своими проблемами и чувствами. Гребля, бег, плавание и другие командные виды спорта, в которых ребенку приходится действовать на пределе возможностей и параллельно проявлять истинную суть, дают тренерам прекрасную возможность достучаться до мальчика и помочь ему вырасти над собой, изменив его самовосприятие и отношение к собственным эмоциям. Мальчик точно станет победителем, если сумеет преодолеть препятствия в собственной голове.

Глава 4
Обучение и воспитание мальчиков

Семиклассник, сидя в кабинете естествознания, с тоской глядит на спортивное поле, где после уроков он наконец поиграет в футбол. И хотя преподавательница изо всех сил старается увлечь сидящих перед ней учеников, ей достаточно одного взгляда на класс, чтобы заметить, как один тайком проверяет мобильник, а парочка других болтают на задних партах. Вокруг слишком много поводов отвлечься.

И школьникам, как говорил историк Мишель Коэн еще в семнадцатом веке, «привычно здравое безделье». До сих пор во многих случаях отношение мальчиков к учебе характеризуется словом *«безделье»* — вот только последствия неуспеваемости отнюдь не здравы. Дети плывут по течению, не обращая внимания на низкие оценки, и все как один пожимают плечами, когда их просят поднажать. Большинство так никогда и не испытает удовлетворения, вызванного результатами усердного труда[1]. Школьное воспитание различными способами развивает силу воли учеников — то есть их способность добиваться поставленных целей. И много мальчиков осваивают это умение на «троечку».

В статье, опубликованной в 2015 году в журнале «The Economist», утверждалось, будто «девочки во всем превосходят мальчиков», и последние были названы «слабым полом»[2]. Статья основывалась на отчете Организации экономического сотрудничества и развития, в котором были представлены показатели по успеваемости среди полумиллиона подростков от пятнадцати до шестнадцати лет из шестидесяти пяти разных государств. Изучение «нового» различия между полами показало, что успеваемость мальчиков снижается по нескольким гендерно обусловленным причинам:

•после школы мальчики чаще играют в видеоигры и проводят больше времени за компьютером и в интернете, нежели девочки;

• они реже читают;

• они тратят меньше времени на домашнее задание (менее часа в неделю);

• они чаще недолюбливают учебу (в два раза больше мальчиков считают ее «пустой тратой времени»);

• они чаще опаздывают в школу[3].

Однако в мире, движимом знаниями, нельзя верить тем, кто

попытался достучаться до мальчиков — и тут же сдался. Посещая школы по всему миру, беседуя с самыми разными мальчиками, наблюдая за ними, я всегда поражался тому, насколько очевидно их желание преуспеть. Если мальчик не заинтересован в учебе, дело не только в том, что «ему все равно». «Все равно» — это следствие, а не причина.

Как мальчики сбиваются с пути

Неуспеваемость в школе — одно из самых заметных упущений юношества. В разных уголках планеты, когда у мальчика падает успеваемость, говорят, мол, мальчик «переживает кризис». И в США, и за их пределами успеваемость девочек взлетает до небес, в то время как мальчики опускаются все ниже. Согласно отчету Организации экономического сотрудничества и развития, девочки опережают мальчиков в успеваемости в среднем на один учебный год. Мальчики чаще оказываются на последних местах в рейтинге по успеваемости и в два раза чаще не осваивают даже базовый уровень математики, чтения и естественных наук.

Проанализировав данные прошлого века по Соединенным Штатам, профессор социологии Томас Дипрет из Педагогического колледжа Колумбийского университета и Клаудия Бухман из Университета штата Огайо обнаружили: подобный разрыв между полами существует с 1900 года. Разница между мальчиками и девочками проявляется в ранние годы, еще до детского сада, и становится лишь очевиднее в начальной школе. Этому способствуют три фактора:

- девочки лучше подготовлены к социальному взаимодействию и более умело контролируют свое поведение;
- девочки прилагают больше усилий, чем мальчики, и их результаты выше;
- девочки сильнее привязаны к школе и получают больше наслаждения от учебы[4].

К концу среднего звена[13] так называемые когнитивные навыки (позволяющие выполнять домашнее задание и приходить на уроки подготовленными) настолько важны для долгосрочного успеха, что по оценкам восьмиклассника можно предугадать его успеваемость в колледже намного точнее, чем с помощью стандартного тестирования. Анализ также объясняет, почему мальчики проигрывают. Академическая разница между полами даже масштабнее, чем пропасть, которая образуется из-за

различного финансового положения или расовой принадлежности.

Согласно ежегодному исследованию, разница в успеваемости приводит к разнице в амбициях и лишь увеличивает пропасть между полами. К восьмому классу мальчики снижают личную планку успеваемости и, соответственно, меньше стараются. Они реже прилагают усилия, и их оценки ниже. Они меньше заинтересованы в успеваемости, больше — в рискованных затеях; например, они начинают курить, тем самым выражая свое безразличие по поводу будущего.

Родители, у которых есть и сын, и дочь, часто делятся историями, напрямую отражающими эту статистику. У Чарли была старшая сестра, Ханна. Она была суперзвездой: собранной, активной, честной с учителями и готовой им угодить, а также крайне честолюбивой. Чарли же, наоборот, любил проводить время с друзьями, играть в видеоигры и валять дурака. Он хорошо ладил с людьми и не конфликтовал с преподавателями, однако учеба не вызывала у него восторга. Родители не могли не сравнивать его успеваемость с успеваемостью сестры; просматривая оценки сына, они всегда замечали: он не старается, плохо готовится и ленится. Однако Чарли всего лишь не считал школу таким же интересным местом, каким ее видела сестра. Он вместе с друзьями смеялся над одноклассницами, доводившими себя до безумия в попытках выполнить все указания учителей.

Разница в успеваемости мальчиков и девочек усиливается, если мальчики подвергаются дополнительному стрессу. Недавнее масштабное исследование позволило ученым соотнести более миллиона свидетельств о рождении мальчиков и девочек из Флориды (с 1992 по 2002 год) с данными о состоянии их здоровья, поведении, успеваемости и аттестатами об окончании старшей школы[5]. Согласно наблюдениям, мальчики из небогатых семей, посещавшие общеобразовательные школы с низким финансированием, в продолжение начального и среднего звена прогуливали занятия и нарушали дисциплину чаще, чем их сестры. Более того, мальчики чаще страдали от психологических и когнитивных проблем, хуже сдавали стандартные тесты и реже поступали в старшую школу, однако регулярнее попадали в поле зрения сотрудников отделов по делам несовершеннолетних. Согласно статье, подобные источники стресса сильнее влияют на мальчиков «не потому, что мальчики по умолчанию чувствительнее к атмосфере в доме, а потому, что окружение и школьная система, в которых происходит воспитание детей из неблагополучных семей, особенно враждебно настроена против мальчиков».

Если к общественному давлению прибавляется расизм и нищета, то сложившиеся представления о мужественности еще сильнее препятствуют успеваемости мальчика. К условиям, не позволяющим проявлять должное усердие, можно отнести даже отношение и поведение учителей.

Социолог Хуа-Юй Себастиан Чернг из Нью-Йоркского университета оценил качество отношений преподавателей и учеников старших школ и подтвердил: чем лучше контакт между ними, тем выше ожидания и достижения студента[6]. Исследование также подтвердило, что дети мигрантов и подростки — представители расовых меньшинств — реже получают доступ к данному источнику социального капитала.

Организация экономического сотрудничества и развития в своем отчете открыто заявила в отчете: «Одно исследование за другим подтверждает, что самые успевающие студенты — это «хорошие» студенты»[7], и добавила: «Возможно, это обусловлено особенностями социализации, возможно — внутренними различиями, однако мальчики в среднем чаще, чем девочки, склонны к деструктивной деятельности, к проверке чужого терпения, к физической активности — другими словами, к свободе»[8]. Отношениям между мальчиками и преподавателями почти всегда мешают всевозможные стереотипы.

Недавно я посетил старшую школу, чтобы предложить свою помощь учителям. Дело было в мае, близился выпускной. Проходя мимо кабинета консультанта по поступлению в колледж, возле которого собралась группа старшеклассников, я увидел знакомую сцену: одна девочка, прыгая от радости с мобильником в руке, кричала, что поступила в тот колледж, в который хотела. Ее парень стоял напротив, пытаясь искренне порадоваться за нее. Однако на его лице отражалось противоречие: он тоже получил ответ от колледжа, в который желал поступить, — и его поместили в список ожидания.

Томас Мортенсон из Института Пелла, занимающегося исследованиями в области высшего образования, отметил увеличение количества достижений в образовании, трудовой, управленческой и гражданской деятельности среди женщин и спад по тем же показателям у мужчин[9]. Исследователь во всеуслышание заявил: мужчины все реже поступают в колледж и находят достойную работу; зарплата их снижается, зато все больше мужчин остаются без работы, попадают в тюрьму, живут в нищете, совершают самоубийство.

Однако опасения по поводу разницы в успеваемости были актуальны не всегда. Взрослым так и не удалось проявить искреннюю заботу о мальчиках из-за общественной реакции на

идею равенства полов. Оправданный отклик на пресечение мужской вседозволенности ограничил представление о причинах неудач мальчиков. Британский социолог Дэбби Эпстайн и ее коллеги выделили три основных мнения, развернувших воспитание мальчиков в неверную сторону[10]. Первое мнение — это избитое представление о «бедных мальчиках», которое выставляет мальчишек несчастными жертвами жестоких условий и бессердечной эксплуатации. Согласно данному подходу, школа — место, где травля, чрезмерная строгость и целенаправленное поддержание дисциплины вынуждают мальчика возмужать в привычном смысле этого слова. Однако данный подход не учитывает роли мальчика в формировании собственной личности. Возможность стать первым спортсменом в школе или лидером в общежитии приводит к тому, что некоторые выбирают мимолетную известность, забывая о долгосрочных перспективах. Кроме того, важно учитывать, как усердно преподаватели и другие представители школьного коллектива пытаются наставить учеников на путь истинный. Личный опыт актеров, отыгрывающих образовательную драму, теряется на фоне ошеломляющего общественного давления.

Второе мнение касается «неправильных школ», которые якобы только подстраиваются под нужды девочек. Сторонники этого мнения уверены, попытки поддержать девочек сделали школы «слишком женскими», из-за чего мальчики потеряли желание учиться. Однако, согласно свидетельствам, продвижение идеи равенства в общем и целом улучшило атмосферу в школах. Кроме того, это мнение не учитывает, что в любой школе мальчики больше всего любят преподавателей женского пола.

И, наконец, мнение, будто «мальчики есть мальчики», подразумевает, что мальчикам в любом случае будет некомфортно в школе, поскольку они от природы агрессивны, азартны и гиперактивны. Чтобы удовлетворить свои естественные потребности, мальчику нужна независимость, приключения и «мужские» увлечения. Однако это мнение — всего лишь переиначенный довод «биология определяет твою судьбу», который совершенно искажает представление о сложной взаимосвязи между независимостью мальчика, его опытом и развитием его мышления. Жаль, что этот стереотип до сих пор применяют к мальчикам.

Больший интерес представляют теории, учитывающие и личную вовлеченность мальчика в свое развитие, и давящие на него стереотипы. Томас Ньюкирк из Университета штата Нью-Гэмпшир предполагает: поскольку мужественность — «крайне строгая культурная категория, предполагающая суровое

наказание за несоответствие ей», нежелание мальчиков учиться может восприниматься как своего рода протест. Он пишет: некоторые мальчики связывают «хорошие оценки» с необходимостью быть «покорным, женственным и отрекаться от себя и своих желаний»[11]. О том же говорит и британский профессор Бекки Фрэнсис, которая прежде работала в Университете Роэхэмптон, и Кристина Скелтон из Института образования при Университетском колледже Лондона; обе утверждают, что культурное давление призывает мальчиков проявлять «мятежный дух, рисковать, становиться выдающимися спортсменами и гетеросексуалами»[12]. В обоих случаях образ мальчика, соответствующего всем общественным представлениям, вызывает больше уважения и выглядит многообещающим.

Решение

На обновленном глобальном рынке умений и навыков мальчики с низкой успеваемостью оказываются во все более невыгодном положении. Однако не думайте, будто этой участи не избежать. Новые исследования демонстрируют, что до мальчиков можно достучаться и заинтересовать их; особенно легко это сделать учителям, понимающим проблемы юношества и видящим истину за защитной реакцией мальчика. Контактируя с учителями или тренерами, мальчики чаще предпочитают расширять горизонты своих познаний и навыков — обучаться чему-то новому. Некоторым родителям повезло узнать, как бывает потом. Некогда протестующие или запутавшиеся мальчики меняются на глазах. Они учатся прикладывать усилия и гордиться своими достижениями.

Все дети, как говорит психиатр Эми Бэнкс, «от природы нуждаются в общении» и не способны противостоять добрым и заинтересованным учителям, умело идущим им навстречу. Новый вид взаимоотношений в стенах школы может вызвать настоящий всплеск мотивации. Около пятнадцати лет назад группа педагогов разработала черновик документа под заголовком «Манифест об отношенческом подходе к образованию. Общение с обучением и обучение общению», рассказывающий о новых возможностях в рамках образовательной среды. Они написали: «Туман забвения навис над обучением. В тумане том забвению подвергнуто учение о людях. И хотя школа — место, где встречаются люди, мы также предали забвению и то, что обучение изначально создано для людей, связанных друг с другом узами»[13].

Исследователи образования, отчаянно желающие развернуть успеваемость мальчиков в лучшую сторону, сосредотачиваются на отношенческом подходе. Согласно Международной программе по оценке образовательных достижений учащихся 2009 года, с помощью которой по инициативе Организации экономического сотрудничества и развития в более чем семидесяти странах был произведен подсчет академических достижений пятнадцатилетних подростков, «положительные отношения между учителем и учеником» позволяют добиться успеха. А анализ более сотни исследований, проведенный в 2014 году голландской группой ученых, показал: на успехи ученика влияют как хорошие, так и плохие взаимоотношения с преподавателем. Даже крайне стойкие ученики отзываются на попытки педагогов наладить связь. Положительные отношения в образовательной среде особенно полезны, когда необходимо достучаться до тех учеников — обычно мальчиков, — которые занимаются хуже всех в классе[14]. Недавнее резюме Американской психологической ассоциации сообщило о пользе отношений между учителем и учеником: если их связывают крепкие узы, «ученик доверяет преподавателю, ему интереснее учиться, он лучше себя ведет и достигает более высоких результатов»[15].

Крепкие взаимоотношения с учителем послужат «надежной основой», которая поможет ребенку справляться со стрессом и сделает педагога как примером для подражания, так и источником вдохновения. Если в отношениях с преподавателями мальчик чувствует себя уверенно и надежно, они помогают ему справляться с эмоциями и регулировать свое поведение. Как только мы с моим напарником по исследованиям, Ричардом Хоули, обнаружили, насколько сильно взаимоотношения с учителем влияют на успеваемость мальчика, мы заключили: для мальчика важно не то, *как* его обучают, а *кто* его обучает.

В исследовании при поддержке Международной коалиции школ для мальчиков мы собрали и проанализировали множество историй, в которых учителя изо всех сил старались наладить отношения с мальчиками. Как только между ними возникала связь, преподаватели пользовались заработанным влиянием, чтобы вдохновить мальчика на упорный труд. В основе отношенческого подхода лежит понимание: мальчик, прежде чем улучшить успеваемость или достичь более высоких результатов в спорте, будет оценивать человека, пытающиегося пробудить в нем желание это сделать. От мальчика не так-то просто добиться усердия, особенно если предлагать ему новое, или сложное, или скучное. Зачем мальчику — или кому-то еще — делать это? Или точнее, для *кого* он должен это сделать? В результате своих

исследований мы обнаружили: никакие взаимоотношения не приводят мальчиков к таким вершинам, к каким приводят взаимоотношения с учителями.

Но несмотря на исключительную важность контакта с преподавателем, традиционные представления о воспитании все еще влияют на то, как педагоги отзываются на «мальчишеский кризис». Концепция «стилей обучения» до сих пор волнует умы, однако эффективность данного подхода никак не подтверждена с научной точки зрения. На самом деле группа самых именитых психологов, нейробиологов и педагогов в мире недавно опубликовала критику данной концепции, заявив, что ни структура мозга, ни гормоны не обусловливают необходимость применения различного подхода к обучению мальчиков и девочек — и преподаватели не должны руководствоваться этой мнимой разницей в своей работе. Подписавшиеся под этим письмом ученые, в том числе и психолог Стивен Пинкер из Гарвардского университета, добавили: «Мозг необходим для обучения, однако «стили обучения» — всего лишь один из мифов о мозге, никак не помогающий образованию»[16].

Увы, согласно результатам недавнего опроса, 85 % школьных работников готовы воспользоваться этой концепцией, невзирая на научные доводы против нее. Существует целая индустрия, предлагающая тренинги и консультации школам, желающим изменить свою учебную деятельность в соответствии с гендерным подходом. Одна из самых серьезных проблем образования «для мальчиков» заключается в самом допущении, будто разных мальчиков (качка, ботаника, забитого паренька из неблагополучной семьи, выбирающего соответствующий круг общения) можно расценивать как представителей одной и той же группы. И хотя, работая в школах, я понял, что увлечения и характер мальчика в основном формируются под влиянием стереотипов, вряд ли все ребята станут одинаковыми, следуя общественным представлениям о мужчинах. Благодаря опыту непосредственного общения с мальчиками учитель понимает: чтобы ребенок раскрыл свое сердце, необходимо наладить отношения с ним как с личностью.

Следующая история — о способном мальчике, который был двоечником, пока проницательный и упорный тренер не добился его доверия, — показывает, насколько в отношениях с подопечными учителю необходимо умение понимать каждого конкретного ученика, принимать решения на ходу, а также иметь непомерное количество доброты и решимости. Кроме того, этот случай демонстрирует, насколько важными и значимыми могут быть взаимоотношения в образовательной среде.

Кевин быстро усваивал материал, был резвым озорником и любил веселье и игры. Он ценил добрые шутки и розыгрыши, всегда искал приключений и вырос на активных играх вроде догонялок и пряток. Мальчик не выказывал неприязни к учебе, однако ему всегда было скучно на уроках; он воспринимал любое задание как бессмысленную обязаловку. Перейдя в среднюю школу, где учеба уже требовала от него больше времени и усилий, Кевин перестал стараться и просто плыл по течению. Ни снизившиеся оценки, ни давление родителей и учителей не меняли его отношения и поведения. Включившись в работу, он быстро все запоминал, однако такое происходило крайне редко. И хотя Кевин не проваливал тестов, он не вырабатывал черт, свойственных успешным ученикам, таких как трудолюбие, жажда успеха, способность обращаться за помощью в трудную минуту, собранность и умение распределять свое время. Наоборот, мальчик привыкал нацеливаться на низкие оценки, оправдывать неудачи, скрывать правду или лгать, чтобы избежать наказания, — в будущем это грозило помешать его успеху. Прогнозы по поводу его успеваемости в старшей школе и колледже были неутешительными.

Родители перепробовали все возможное: они проверяли домашнюю работу, сидели с ним до глубокой ночи, помогая выполнить сложные задания, читали лекции о важности учебы, хвалили за то, какой он способный, наказывали за низкие результаты, вызванные ленью, — однако ни один подход не приводил к долгосрочным результатам. Кевин просто «ненавидел школу» и жалел о напрасно потерянном времени, которое мог бы потратить на приятные занятия.

Учителя, в свою очередь, разводили руками. Привычные действия, срабатывавшие на других учениках, — беседы, установление связи через совместное времяпрепровождение, встречи с родителями, дополнительная помощь с предметом, наказания (попытки задержать после уроков или понижение оценок), — влияли на Кевина лишь первое время, после чего он вновь возвращался к прежнему поведению. Учителя заклеймили мальчика «ленивым», и этот статус оставался неизменным из года в год.

Однако в седьмом классе вышло так, что молодой учитель математики, который, как и Кевин, увлекался футболом, а также любил повеселиться и поиграть, особенно сильно привязался к нему. Уроки этого педагога часто перемежались играми и беседами, шутками и весельем, хотя у преподавателя ловко получалось давать ученикам все необходимые знания. Во время уроков он прекрасно справлялся с ролью учителя и весело

проводил время с учениками и ученицами. Его положительный настрой передавался ученикам, и создавалась подходящая атмосфера для общения. Все шло как нельзя лучше. На осенней встрече с родителями преподаватель объяснил родителям Кевина: глядя на их сына, он вспоминает себя. Когда-то он тоже был разочарован тем, что не оправдывает чужих ожиданий, однако не мог просто так привыкнуть к унылому единообразию школьной жизни.

«И как же вы решили проблему?» — спросили родители Кевина. По словам учителя, его отношение, не только к школе, но и в целом к жизни, изменилось, когда к нему приставили преподавателя английского, завладевшего его воображением. До этого юноша даже не думал, что писать сочинения может быть настолько интересно и что это занятие способно удовлетворить потребность человека в созидании, однако учитель английского любил хорошо написанные тексты и постоянно читал отрывки из работ своих любимых писателей — с очевидным почтением, переходящим в благоговение. Педагог научил школьников вкладывать душу в каждую строчку, даже в выполнение обычных заданий, и таким образом выражать свои истинные чувства. Учитель Кевина рассказал, что его преподаватель английского помог ему намного лучше узнать себя, и он до сих пор благодарен педагогу.

Математик пообещал с особенным усердием взяться за Кевина. Он обращал на Кевина внимание в самые неожиданные моменты: внезапно останавливался возле его парты, проверяя, все ли у него получается; обменивался с ним шутками перед началом занятия. Когда их отношения наладились, учитель начал подталкивать Кевина к более усердной учебе. Все это время он хвалил Кевина и открыто показывал, как наслаждается его обществом. Во время сезона футбольных матчей среди профессионалов Английской премьер-лиги две их любимые команды боролись за первое место, и они постоянно подшучивали друг над другом по поводу побед и поражений того или иного клуба.

В течение года отец и мать Кевина были свидетелями того, как меняется отношение их сына к учебе. К июню Кевин даже начал задумываться о будущей профессии, и это оставалось с ним и в последующие годы обучения. Однако сильнее всего на мальчика повлияло следующее открытие: едва углубившись в предмет, он начинал находить в нем по-настоящему интригующие вещи. Перед Кевином открывался огромный, неизведанный мир. Благодаря доверительным отношениям с учителем он начал стремиться к когда-то немыслимым горизонтам. Родители не

могли найти слов, чтобы выразить все свое облегчение и благодарность.

Развитие взаимопонимания

Мы с Ричардом Хоули с 2008 года сотрудничаем с Международной коалицией школ для мальчиков и ищем способы, позволяющие повысить эффективность обучения будущих мужчин. Мы посвятили целую серию исследований поиску полезных историй и примеров в сорока с лишним школах среди 2500 подростков и 2000 учителей, в шести англоговорящих странах[17].

Поначалу мы просто спрашивали у учителей и мальчиков, какие они помнят эффективные методы обучения. И хотя ответы первых и вторых во многом совпадали, позволяя нам утвердить список составляющих успешного урока, было одно существенное различие. Учителя сосредоточивались на ремесле преподавания и рассказывали о технической составляющей урока; мальчики же говорили о профессиональных и личных качествах самих педагогов. И хотя мы настоятельно просили их не называть имен, мальчики все равно, не удержавшись, упоминали учителей или тренеров, изменивших их жизнь, и подробно и красочно описывали их личности. Различия между ответами учителей и учеников заставили нас обратить внимание на вопрос взаимоотношений между ними. Что же было известно мальчикам и почему они отчетливо это понимали, в отличие от профессиональных педагогов? Выслушивая восхваления учителей, вдохновляющих и поддерживающих учеников, мы поняли, что для мальчиков и педагогов «отношения — это медиатор, помогающий как обучать, так и обучаться»[18].

Едва опубликовав свои наблюдения, мы получили множество просьб поделиться полученными результатами на конференциях и в школах. Было крайне важно помочь администрации донести до учителей: отношения с учениками должны стоять для них на первом месте. Однако мы обнаружили, что, невзирая на добросовестный подход к делу со стороны как педагогов, так и администрации школы, преподавателям тяжело сосредоточить свою деятельность вокруг контакта с учениками. Оказывается, даже зная, что заинтересовать мальчика предметом можно, лишь наладив с ним отношения, преподаватели редко способны применить эти знания на практике. Когда у педагогов спрашивают, почему они поступают именно так, а не иначе, те почти не способны дать внятный ответ. Одни применяют

отношенческий подход, руководствуясь чутьем, можно сказать, неосознанно. Другие, потонув в культурных представлениях о независимых мальчиках, забывают о здравом смысле.

У самих мальчиков вполне четкие желания и представления. Когда мы спросили одну из фокус-групп, с какими учителями ладят дети, какой-то мальчик живо начал рассказывать об учителе, «зажегшем» в нем интерес. Другие мальчики присоединились к нему. Они с теплом отзывались об этом учителе и описывали атмосферу, царящую в его кабинете, казавшемся им священным местом. «В этом кабинете, — говорили они, — у тебя не получается притворяться». От учителя не веяло строгостью или властью. Ученики воспринимали его предмет всерьез потому, что сам учитель воспринимал его всерьез; мальчики рассказывали о том, насколько сильно преподаватель «любит свой предмет» и как заботится об учениках. Терпеливый, усердный, чуткий и заботливый — вот как его описывали. «Он особенный, — сказал один из мальчиков. — В нем есть что-то такое, отчего совесть не дает тебе лениться, даже самую малость».

Мы поняли: чтобы помочь школам сосредоточиться на отношениях с учениками, необходимы четкие критерии. В следующем своем исследовании мы выделили особенности, способствующие или нет контакту учителей с учениками. Мы обнаружили, что качества, свойственные педагогу, способному наладить связь с учениками, не зависят от культуры, государства и типа школы.

Вот список качеств преподавателя, которые, согласно нашему исследованию, позволяют справиться с упрямством мальчиков и сформировать эффективные взаимоотношения:

• идеальное знание предмета. Взаимная привязанность не является залогом эффективных взаимоотношений учителя с учеником. Чтобы вовлечь мальчика в процесс обучения, необходим фундамент — четкие знания;

• высокие стандарты. Мальчики часто ссылаются на учителей, выставляющих четкие и даже суровые требования к поведению в классе и качеству знаний — ведь это проявление доверия к ученикам;

• интерес к увлечениям и талантам учеников. Когда мальчик осознает, что учитель воспринимает его не только как, скажем, семиклассника, изучающего математику или английский, он сильнее привязывается к преподавателю и интересуется учебой;

• общие увлечения с детьми. Примерно по тому же принципу работают и общие увлечения — хоть спортом, хоть музыкой, хоть техникой, — помогающие выстроить крепкие отношения, положительно влияющие на успеваемость;

• общие черты с учениками. Если у учителя и ученика есть общая черта — будь то внешняя характеристика, происхождение или национальность, физическая травма или проблема, с которой пришлось столкнуться, — это может стать поводом для общения;

• устойчивость к сопротивлению. Учителя, которые не принимают сопротивление мальчиков близко к сердцу и отзываются на протест сдержанно или даже с юмором, не только справляются со сложными учениками, но и создают продуктивную рабочую атмосферу в классе;

• умение проявлять слабость. Иногда учитель демонстрирует свои переживания, чтобы ученики увидели в нем живого человека. Один из способов сделать это — извиниться перед учениками в случае ошибки.

Когда учителя, применяя тот или иной подход из перечисленных, налаживают взаимовыгодное сотрудничество с мальчиком, происходят очевидные изменения. Конечно, важнее всего практическая значимость подобных отношений: если мальчики получают необходимые знания и навыки, они смогут сдать необходимые тесты. Одно это — немалое достижение; как заметил один юноша:

> В средней школе мне тяжело давалась математика, особенно алгебра. Я просто не мог ее понять. Чем больше я пытался вникнуть в этот предмет, тем мутнее он становился. После нескольких уроков к нам пришла еще одна учительница, которая проводила дополнительные консультации, и я спросил ее, как решать уравнения, которые мы проходим. Она терпеливо объяснила мне все, и я немного понял принцип решения.
>
> Когда она поэтапно расписала решение в моей тетради, я понял его еще лучше. Потом я решил пару других задач тем же методом и наконец понял принцип до конца. Я продолжил учиться с двойным энтузиазмом — настолько мне нравилось понимать происходящее на уроке. Мне не хотелось сдаваться, и в итоге я написал проверочную на сорок пять баллов из пятидесяти. Именно тогда математика начала даваться мне намного легче.

Однако происходящие изменения имеют не только прикладной характер. Приобретая новые знания, мальчики лучше понимают себя и яснее видят свое будущее. Дети рассказывали о преподавателе физики, чья деятельность вдохновляет их на то, чтобы быть учеными; как они желают стать поэтами, глядя на

преподавателя литературы. Еще один юноша рассказывал, что учительница истории вдохновила его совершенно неожиданным образом:

> Из школьных занятий мне больше всего запомнились уроки американской истории. Едва я впервые зашел в кабинет, меня переполнили волнение и заинтересованность. Никогда прежде я не испытывал ничего подобного. Учительница истории так любит историю и преподает ее с таким воодушевлением, что ее любовь непременно передалась мне, поразила и пленила меня. И я впервые в жизни искренне пожелал освоить какой-то школьный предмет. С тех пор я научился быть усердным везде, но в особенности на уроках истории. Именно тогда моя жизнь в школе изменилась.

Успешные отношения с тренером или учителем не только помогают мальчикам отточить навыки и расширить возможности, но и позволяют понять: есть люди, которые желают помочь им и удовлетворить их потребности. Мальчики получат поддержку, даже столкнувшись с серьезными препятствиями. Еще один молодой человек поделился историей, которая произошла в компьютерной аудитории, однако влияние случая распространилось далеко за пределы кабинета:

> Это было на уроке информатики в десятом классе. Преподавательница обучала нас программированию, однако мне было сложно вникнуть в тему и понять принцип выполнения заданий. Тем не менее учительница оказалась очень понимающей и помогла мне во всем разобраться. Она не сдавалась даже тогда, когда я не понимал с первого раза, и наконец, после множества дополнительных консультаций по утрам и в обед, в моей голове будто вспыхнула лампочка и я все понял. Я выполнил сложную проверочную по теме на твердую четверку, однако история не совсем об этом. Сильнее мне запомнилось упорство учительницы, не бросившей меня и уверенной, что я со всем справлюсь. Я никогда не разобрался бы в этом запутанном и сложном разделе без дополнительной помощи. Учительница совершила подвиг, подтянув меня.

Мальчики нередко отзывались о помогающих им учителях с огромной благодарностью. Философ образования Дэвид Хокинс в знаменитом эссе «I, Thou, and It»[14] описал данную сторону

успешных отношений в образовательной среде следующим образом: «Что вы чувствуете к человеку, который старается ради вас? Вам не нужно отвечать ему любовью, однако вы определенно испытываете к нему уважение. Вы цените этого человека, поскольку он вносит неоценимый вклад в вашу жизнь»[19].

Неудачные попытки наладить связь

Мальчики очень благодарны поддержавшим их учителям; однако если преподавателю не удается наладить связь с мальчиком, ребенок может расстроиться, разочароваться, разозлиться и даже возненавидеть учителя. В таком случае мальчик изо всех сил стремится оборвать связь. Мальчики уверены: учителям природой положено направлять учеников. Как сказал один паренек во время групповой беседы: «Это их работа. Им положено заботиться о нас и помогать нам усваивать знания».

Если происходит конфликт, мальчики не стесняются в выражениях: они называют преподавателей черствыми, невнимательными, невежливыми, плохими или истинными воплощениями зла. Один мальчик сказал об учителе, плохо к нему относившемся, следующее: «Я ненавижу его. Я ничего не делаю на его уроках. Пусть ставит двойки, пусть выгоняет — я ничего не собираюсь делать». Когда я спросил у мальчика, зачем он так поступает — ведь он вредит скорее себе, чем педагогу, — тот твердо заявил: «Я не хочу ничего делать для этого человека». Такое отношение нередко встречалось в рассказах мальчиков о нелюбимых учителях. Мальчикам казалось, учитель предал их, а потому они, обидевшись, как можно скорее отворачивались от него.

Мы попросили мальчиков сделать предположения, почему их отношения с определенными учителями ухудшились. Список вероятных причин разлада в точности до наоборот отражает список причин, по которым мальчики привязаны к любимым педагогам. Также поражало то, насколько похожи были жалобы; большинство считало, учитель тем или иным образом предал ученика или не смог оказать ему элементарную помощь:

• учителя, обращающиеся с учениками неуважительно или небрежно. Уважение было основным требованием со стороны мальчиков; именно его отсутствие чаще всего становилось причиной конфликта между учителями и учениками. Отрицательное отношение или критика учеников также приводили к тому, что последние совершенно отказывались идти на контакт, вне зависимости от возможных последствий;

• учителя, мало заинтересованные в собственном предмете. Мальчики уверены: учителя должны превосходно знать свой предмет и любить его всей душой. Они надеялись, любовь учителя к предмету станет их путеводной звездой, воодушевит их и сделает уроки интересными;

• невнимательные и равнодушные учителя. Мальчики ожидали от учителей не только хороших знаний, но и умения замечать чужую заинтересованность. Они злились, если учителя вели себя отстраненно.

• безразличные учителя. Точно так же мальчикам нравились — и были нужны — учителя, отзывающиеся на их проблемы своей готовностью помочь, например провести дополнительные консультации для учеников, которые не усвоили материал с первого раза;

• учителя, не контролирующие дисциплину. Раз за разом выслушивая одни и те же жалобы, мы убедились: мальчики действительно желают посещать уроки, организованные компетентным учителем так, что все ученики могут сосредоточиться и получать знания;

• учителя, не вдохновляющие учеников или скучно ведущие уроки. Важным показателем преданности учителя своему предмету и его заинтересованности в нем, по мнению мальчиков, является манера преподавания. Мальчики хотят, чтобы учитель вел занятия интересно, а не делал их однообразными и скучными;

• учителя, не умеющие доносить мысли до учеников. Иногда мальчиков раздражают не сами учителя; порой они всего лишь не могут понять преподавателя или его предмет.

Конечно, мы не могли утверждать, будто мнение мальчиков по поводу конфликтов с учителями отражает полную картину. Однако их интерпретация была отзеркалена учителями, которым мы задали тот же вопрос: почему описанные вами отношения не сложились? И хотя учителя сожалели о случаях, когда им не удавалось восстановить контакт с учениками, и порой чуть ли не рыдали по этому поводу, винить в этом себя они, совсем как мальчики, не спешили. В конце концов они списывали неудавшиеся отношения на личные проблемы учеников или семейные обстоятельства, в которых они воспитываются, а также психологические проблемы детей, их недостаточную подготовленность к учебе и, в некоторых случаях, культурное давление. Учителя и тренеры обычно утверждали, что со своей стороны делали все возможное — хотя в случаях успешного построения взаимоотношений именно «все возможное» и

позволяло им преодолевать те же самые трудности, — и беспомощно заявляли: на причины неудачи повлиять они не в силах. Частые размолвки между учителями и учениками не удивительны. В конце концов, и у мальчиков, и у преподавателей есть личная жизнь, в которой и так слишком много поводов для волнения, не позволяющих уделять достаточно внимания взаимоотношениям в рамках образовательной среды. Как утверждают специалисты в сфере взаимоотношений, любые узы развиваются по циклу: установление связи — разлад — восстановление связи. Отстранение друг от друга совершенно нормально. Настоящая проблема отношенческого подхода к образованию, согласно словам психиатра и автора Джин Бейкер Миллер из Колледжа Уэллсли, ныне покойной, заключается в том, «как сквозь препятствия проложить путь к узам».

Вспомнив, насколько регулярно в стенах школы между людьми случаются размолвки, мелкие и крупные, мы задумались, как не довести отношения до окончательного разрыва. Со стороны учителей часто высказывалось мнение, что за примирение должен быть ответственен ребенок: «Я сделал столько шагов ему навстречу; теперь пусть он сделает, а я подумаю, прощать ли его». Однако, поработав с фокус-группой, включающей в себя самых успевающих и активных старшеклассников, мы выявили: даже самые успешные ученики теряются, когда их отношения с учителями и тренерами идут под откос. Испуганные и обиженные, мальчики обычно не способны преодолеть разницу в возрасте и положении и восстановить отношения. И вместо того чтобы сделать шаг навстречу примирению, они обычно списывают предмет или учителя со счета, решив как-нибудь уж дотянуть до конца обучения, а порой и вовсе начинают ненавидеть преподавателя.

Если руководствоваться практическими соображениями, примирение логичнее инициировать учителю, поскольку он старше и опытнее.

Как считает психолог Дэниэл Роджерс из Государственного университета Кеннесо, учитель по умолчанию должен выполнять роль «управляющего отношениями лица», подразумевающую три конкретные обязанности:

• умело содействовать ребенку в учебной деятельности;

• иметь четкое представление о взаимоотношениях с учеником;

• отслеживать и сглаживать любое напряжение в отношениях[20].

Согласно нашим данным, учителя, у которых получается

наладить и сохранить отношения с учениками, осознают: большая часть ответственности за эти отношения лежит на их плечах. Они знают, что мальчик, ранимый и сосредоточенный на освоении нелегких предметов, и так делает все возможное. Однако может быть сложно и даже нереально управлять отношениями с большим количеством учеников.

А мальчики даже не думают облегчать учителям задачу. Когда ученик обижен, напуган или растерян, его протест проявляется настолько возмутительно, что даже самые терпеливые учителя могут не выдержать. Враждебное, деструктивное, неуступчивое или неуважительное поведение ученика вынуждает многих преподавателей занять оборонительную позицию. Защищаясь, они принимают следующую точку зрения: я сделал все посильное в разумных пределах, теперь пусть мальчик сделает шаг навстречу, пусть даже он и находится в невыгодном положении. Таким образом, мы обнаружили: основной причиной размолвок в школе является то, что учитель перестает управлять отношениями с учеником и старается защитить себя. Искреннее заявление одного педагога лишь подтверждает наши и без того очевидные выводы:

> У меня не получилось достойно наладить отношения с этим учеником, ведь, если честно, у них не было будущего: нам даже не о чем было поговорить, а сам ученик не горел желанием общаться со мной. Насколько я знал, обстановка в его семье ухудшалась, однако он постоянно ходил с каменным лицом. Его эмоции невозможно было прочесть. Мои размышления об этом ребенке сводились к тому, что он нуждается в помощи, однако не желает никого обременять. Ему было важно стать крутым спортсменом, и мне кажется, он мечтал вырасти сильным молодым человеком. Полагаю, попросив кого-то о помощи или приняв чью-то поддержку, он чувствовал бы себя слабаком. Признаюсь, как потом обнаружилось, мне всего лишь не хотелось прилагать лишних усилий. Этот мальчик постоянно был хмур в общении со мной и другими людьми, неуважительно относился к одноклассникам и презирал почти всех вокруг. Ужасно это признавать, однако мне пришлось сдаться. Думаю, он чувствовал мою неприязнь к нему. Мне удалось оправдать себя тем, что он не проявлял ко мне уважения и откровенно недолюбливал меня. Мне казалось, на него и так было потрачено слишком много сил за первые два года обучения. Мне не

удалось справиться со своим разочарованием, и он определенно это видел. С ним было тяжело, но мне казалось, я больше ничего не смогу сделать.

В противоположных случаях, когда учителя не сдаются и не перекладывают ответственность за отношения на ребенка, даже несмотря на свое разочарование или грусть, происходят настоящие чудеса. Например, Сара обучала математике целый класс мальчиков, в том числе и группу спортсменов, не воспринимавших ее всерьез. Они сидели на задних партах, болтали и дурачились. Если Сара делала им замечания, они могли передразнить ее или начать говорить пакости за ее спиной. Чтобы решить проблему в корне, Сара определила лидера группы — Келвина — и однажды задержала его после урока. Она признала его лидерство, однако выразила обеспокоенность, что он ведет своих товарищей по пути саморазрушения. Во время разговора Келвин держался вежливо, пусть по большей части и молчал, и Сара подумала, что донесла до него свою мысль. Однако после этого Келвин будто сдулся и перестал идти на контакт: он почти не занимался, был рассеян во время уроков и едва ли смотрел на учительницу, когда та говорила.

Принятое решение лишь усугубило отношения с учеником, Сара решила попробовать иной подход — и подождала осенних встреч с родителями. Увидевшись с родителями Келвина, она сначала извинилась перед мальчиком, после чего призналась, что была слишком строга к нему и, кажется, этим сбила его с толку; затем Сара попросила Келвина дать ей возможность все исправить. И хотя мальчик почти ничего не сказал в присутствии матери и отца, впоследствии Сара заметила: Келвин стал более открытым, начал вовремя выполнять домашнее задание и держался подальше от тех мальчишек, которые валяли дурака, — это заставило и их сбавить обороты. Со временем учительница сумела укрепить отношения с Келвином и даже высказывала здравые замечания по поводу его учебной деятельности, а также хвалила мальчика за выросшие оценки.

Главным правилом Сары, как и любого другого хорошего управляющего отношениями, было следующее: если один подход не сработал, нужно найти тот, который сработает. Поразительна не только уверенность и настойчивость учительницы, но и ее умение подстраиваться под ситуацию. Сара решила проблему *сама*; она даже не подумала перекладывать ответственность на мальчика или его семью.

Когда между преподавателем и учеником происходит конфликт, на первое место выходит давление профессии на

учителя. Тамара Бибби из Института образования при Лондонском университете описала этот вид стресса: «Постоянное чувство незащищенности, смешанное с постоянной необходимостью привлекать к себе внимание, доказывать свою значимость и добиваться того, чтобы кто-то признал: ты достаточно хорош и заслуживаешь внимания (любви), — делает школу непростым и порой опасным местом, где все постоянно напряжены»[21].

Порой диву даешься: невзирая на то что профессия учителя подразумевает необходимость справляться с огромным количеством сложных взаимоотношений, нередко в очень непростых условиях, идеалисты — выпускники вузов все равно рвутся в преподаватели. Однако надежды новых учителей отнюдь не беспочвенны. Разговаривая с матерыми педагогами, десятки лет проработавшими с молодыми людьми, можно услышать истории, подтверждающие: труд учителя доставляет удовлетворение. Отношенческий подход сложен в применении, однако награда за приложенные усилия достаточно велика, чтобы учитель продолжал работать в том же духе.

Школы с отношенческим подходом

Моя серия исследований включала еще один проект: вместе с несколькими школами мы пытались разработать подход к установлению уз между учителями и учениками. Каждая школа предлагала стратегии, которые помогали бы учителям и тренерам решать проблемы во взаимоотношениях с подопечными в течение учебного года. Жертвуя такими ценными ресурсами, как время и внимание, чтобы, по указанию школы, достучаться до каждого отдельного мальчика, учителя надеялись хоть на какую-то помощь в решении отношенческих проблем.

Думая, будто он недостаточно хорош как профессионал, учитель перестает верить, что ему удастся завоевать сердце ученика. Загнанный в угол, преподаватель занимает оборонительное положение. Энди Наргривз, профессор Бостонского колледжа, писавший об «эмоциональном труде» учителей, обнаружил: особенно сильно чувствуют бессилие учителя, которые соотносят свой профессионализм с успехом среди учеников[22]. Если учесть, как часто мальчики отпираются в ответ на попытки увлечь их, со стороны преподавателей нецелесообразно воспринимать их сопротивление близко к сердцу. Однако на деле протест мальчиков запросто выводит учителей из себя.

Есть несколько основных принципов, которые должны помочь школам в поддержке учителей, использующих отношенческий подход. Как я уже говорил, всем необходимо уяснить истину: за управление контактом всегда ответственен учитель, а не ученик. Однако на практике все не столь очевидно, как в теории. Можно понять учителя, пытающегося переложить ответственность за отношения на ученика, особенно если тот уже достаточно взрослый, однако ждать, когда мальчик первым пойдет мириться, со стороны взрослого преподавателя непрактично. За проблемы в отношениях должен браться профессионал.

И точно так же все в школе должны помнить: вне зависимости от того, насколько тяжело положение, достучаться можно до каждого мальчика. Учителя, использующие отношенческий подход, обычно не отправляют сложных студентов в специальные службы и не применяют к ним дисциплинарных мер. Вместо этого они пробуют повлиять на ученика, разными способами выйти с ним на связь, и верят, что внимание и забота способны помочь детям, которым в жизни приходится нелегко. Когда учителя, стремящиеся наладить контакт с учениками, заходят в тупик, они воспринимают это как сигнал к смене подхода — и пытаются достучаться до ученика до тех пор, пока не добиваются своего. И хотя дополнительные сведения о мальчике, основанные на внешней оценке, могут стать подспорьем для преподавателя, слишком частое обращение к службам психологической поддержки учеников скорее указывает на разочарование и отчаяние учителя, чем на его желание получить помощь извне.

Педагогу также не обойтись без помощи коллег. Ни один учитель не способен постоянно сохранять объективность. Учителя могут не замечать своей вины в плохом контакте с учеником, особенно если стремятся оправдать себя. Мириам Рейдер-Рот напоминает, что учителю могут помочь люди в шаговой доступности: «Мягкая и настойчивая критика коллег позволяет нам увидеть наши слабости»[23]. Во многих школах деятельность преподавателей организуется таким образом, чтобы коллеги могли критиковать и консультировать друг друга. Если удастся обсудить с другими учителями проблемы во взаимоотношениях с учениками, то наверняка получится и решить их.

Во время семинаров, организуемых школами, я предлагал учителям проанализировать случаи, когда не удалось сладить с учениками. На одном из таких семинаров декан факультета поделился историей о непослушном и дерзком мальчике. По признанию мужчины, он «потерял контроль над собой» во время жаркого спора с ребенком. После этого с мальчиком стало еще

сложнее общаться. Рассказывая о произошедшем далее — у мальчика начались трудности, его выгнали из школы, он погрузился в уличную жизнь, на его голову обрушилось еще больше неприятностей, — декан не мог сдержать слез. В помещении повисла гробовая тишина, когда он признался в том, насколько сильно его чувство вины и грусти — хотя прошли годы с тех пор, как он потерял того ученика. Эта история отличалась от других тем, что коллеги отчетливо ощутили, насколько искренне декан факультета желал помочь ребенку и насколько горюет о том, что так и не осуществил своего желания.

Когда мужчина взял в себя в руки, несколько других учителей поспешили высказаться, поддержав его отважное и честное признание, а также поделиться своими мыслями по поводу произошедшего. Коллеги по очереди говорили добрые слова, выражали свое уважение и сообщали, что понимают, насколько сильно он желал достучаться до мальчика, прежде чем все пошло под откос. Они поделились мыслями о том, как можно было бы изменить ситуацию и что можно было бы сделать после, тем самым подчеркнув: учителю, желающему наладить общение с учениками, необходимо постоянно развиваться — и никто не совершенен. Поддержка коллег помогает учителям, у которых закончились собственные идеи — а такое происходит даже с лучшими педагогами.

Чем могут помочь родители

Родители играют крайне важную роль в обучении ребенка. Если они заодно с учителями, то общие усилия помогают неуверенным и не разобравшимся в себе мальчикам эффективно сотрудничать с преподавателями. Если намерения родителей не совсем совпадают с намерениями педагогов, то мальчик, видя недоверие и отрицательный настрой родителей, теряет веру в преподавателя. Образовательный союз должен состоять не только из учителей, но и из мальчиков и их родителей.

Как показало наше исследование, многие родители не знают, как им наладить несомненно важные отношения с учителями. Родители обычно признают, что они должны считаться с определяющей ролью учителя, однако многие не понимают, как им поддержать преподавателя в его стараниях. Родители и учителя часто не осознают возможность как помогать друг другу, так и вставлять палки в колеса.

Родители возлагают большие надежды на учителей, часто не озвучивая их, и особенно многого они ожидают от отношений

преподавателей с учениками. Они уверены, будто каждый учитель достаточно чуток и проницателен, точно считывает эмоции их сыновей и подстраивает стиль преподавания под их нужды. Возможно, единственное качество, которое родители желают видеть в педагоге, — это умение устанавливать контакт с мальчиками. Родителям нужны учителя, которые увидят их сыновей так же, как они сами, — другими словами, которые «поймут» их сыновей. Когда родителям удается встретить педагога, способного найти общий язык с их сыном, они понимают, что идут по верному пути. «Если он сможет спокойно общаться с учителем, то ему будет намного проще учиться», — заметил один родитель.

Во время бесед с родителями становится очевидно, насколько им нужна помощь учителей, причем не только в плане образования. Родители хотят, чтобы учителя уделяли их сыновьям время, расценивали их как многогранных личностей и судили о них не только по оценкам, ведь родители понимают, что дети лучше стараются и получают более высокие оценки, когда учителя к ним внимательны. Родители уверены: если их сына будут связывать близкие отношения с преподавателем, последний сумеет вдохновить его на великие достижения.

В основе таких надежд и ожиданий — сильные эмоции. Родители — такие же взрослые, они в значительной мере влияют на будущее мальчика, а потому для них крайне важно качество взаимоотношений между их сыном и преподавателем. Они сами уделяют сыну много времени и внимания — и молятся о том, чтобы окружающие приумножили их старания, внеся свой вклад. Когда им удается найти учителя, готового помочь, их облегчению и благодарности нет предела, как в рассказе этой матери:

> У моего сына были замечательные отношения с одним из учителей в школе. Они изменили его взгляд на жизнь; его веру в себя. Невероятно, насколько сильно изменились отношения с другими учениками; в итоге сын приобрел полезные навыки общения. Больше всего я боялась, что он не сумеет осознать свою уникальность, однако отношения с учителем помогли ему поверить в себя. Теперь он совершенно иначе относится к себе, а это меняет все. Он не боится познавать себя. Мне кажется, отныне в его жизни есть то, о чем он сможет вспоминать и на что сможет ориентироваться; неважно, как обстоятельства сложатся дальше, ему всегда будет за что держаться.

Если отношения с учителем складываются хорошо, это

настоящая благодать. Родители могут спокойно перепоручить ребенка преподавателю и как можно усерднее помогать его работе из дома.

Однако родителям нередко бывает тяжело доверить своих детей другому человеку. Если у ребенка не складываются отношения с учителем, родители не знают, что им предпринять. Следует ли им вмешаться и, возможно, стать врагами учителю или молчать? Некоторым кажется, они меж двух огней: с одной стороны, хочется защитить сына, с другой — поддержать учителя. В таких случаях многие родители сидят сложа руки, снедаемые тревогой. Уровень волнения родителей, кажется, напрямую зависит от качества отношений между их сыном и учителем. Один отец высказал следующее замечание: «Лучше не ссориться с учителем своего сына. Лучше не злить его и не обижать, поскольку в конце концов это отразится на твоем же ребенке». Некоторые родители пытаются дома играть роль учителей и восполнять то, что преподаватель дать не в силах. Однако они иногда обнаруживают, что это отрицательно сказывается на их отношениях с сыном — и никак не решает тех проблем, которые сын испытывает при общении с учителем, а его положение в классе не меняется с течением дней.

Родители, столкнувшиеся с подобными проблемами, предложили список советов, способных помочь учителям найти общий язык с их сыновьями:

• вселяйте в мальчиков уверенность. Первым делом они предлагают учителям вселять в мальчиков уверенность в своих силах. Если мальчика оценит профессионал, это повысит его самооценку. «Он прямо-таки начал расти и меняться на глазах, особенно когда понял, что есть кто-то верящий в него», — поделился своим опытом один из родителей;

• проявляйте уважение. Родители считают, учителя смогут лучше общаться с их сыновьями, если будут уважать их. Они утверждают: мальчик скорее проявит уважение в ответ на уважение учителя — и его работоспособность при этом повысится. Кое-кто из родителей сказал об одной учительнице следующее: «Она не всегда ласкова с учениками. Однако уважение детей важнее. Ребенок точно будет стараться ради учителя, которого уважает»;

• развивайте чувство юмора. Родители советуют также проявлять чувство юмора, ведь непринужденная атмосфера способствует отношениям между детьми и учителем. Поскольку от успеваемости в школе зависит очень многое, учитель, помогающий мальчику (не говоря уже о его родителях) сформировать свою точку зрения, невероятно ценен. «Он весь год

с удовольствием посещал уроки, ему было весело в классе», — заметил один из родителей;

• набирайтесь опыта в преподавании. Родители особенно подчеркивают, что учителю жизненно необходимо быть умелым педагогом — это обязательное условие для установления успешных отношений с детьми. Если мальчики решат, будто учитель плохо подает материал или ему не интересен собственный предмет, они, скорее всего, не оправдают его ожиданий, даже испытывая к нему симпатию.

Как родители могут помочь сыновьям учиться

Работая с семьями, я то и дело замечаю, насколько сильно ожидания родителей влияют на самооценку и желания детей. Поэтому не только учителя должны быть осторожны в ожиданиях по поводу студента, но и родители должны понимать, чего их сын способен достичь. Влияет ли школьный опыт самих родителей на то, как они оценивают способности сына? Как сильно на их ожидания действует стереотип «мальчики есть мальчики»? Сами родители предпочитают лениться или выкладываться на полную? Принимают ли они сторону ребенка в конфликте с учителем и позволяют ли ему игнорировать учителя, вместо того чтобы примириться?

Во множестве случаев мальчик не успевает потому, что родители не убеждают его стараться. Это может быть обусловлено различными причинами: например, из-за прежнего отрицательного опыта мальчик испытывает отвращение к предмету, и родители тратят последние силы на то, чтобы уберечь его от стресса; или, возможно, у мальчика проблемы, с которыми следует обратиться к специалисту, поскольку они приводят к низкой успеваемости. Однако в общем и целом я рассматриваю плохую успеваемость как признак сбоя системы: мальчики первым делом учатся трудолюбию дома и уже после применяют его в школе. В школах мальчиков побуждают добывать знания и эффективно работать, однако учителю обычно тяжело бывает заинтересовать мальчика, не намеренного трудиться.

Многие родители не знают, что делать, если их сыновья забрасывают учебу, и даже прибегают к неправильным методам. Родители действуют на эмоциях, становятся требовательными, пытаются командовать сыном, вместо того чтобы поддерживать его, или, наоборот, игнорируют ребенка и притворяются, будто им все равно, как у него дела. И первый, и второй подход в равной мере неэффективен. Дети обычно делают то, чего от них

искренне ждут родители; если мальчик терпит неудачу, следует воспринимать это как проблему во взаимоотношениях, а не личное дело мальчика.

Как только родители четко и здраво определят основные ожидания по поводу сына, они смогут понять, достаточно ли вовлечены в деятельность «образовательного союза». Они не властны над контактом между их сыном и учителем, однако могут повлиять на обе стороны этих отношений. Насколько я могу судить, отношение родителей влияет на то, как их сын воспринимает учителя и выполняет задания. Их поддержка влияет на учителя, замечающего эмоциональную вовлеченность родителей и их участие в образовательном процессе. Если неизменно отслеживать успехи сына, принимать отношение к нему учителя и поддерживать деятельность преподавателя, то последний сумеет во всем помочь ребенку.

Родители в одной команде с учителями, а потому им следует предоставлять преподавателю любые сведения, способные повысить эффективность его работы. Если кажется, будто учитель применяет неверный подход к ребенку, родителям лучше научить сына выражать свое мнение по этому поводу, чем идти разбираться. Так мальчик научится отстаивать свою точку зрения и вести переговоры. Кроме того, подобный подход заставит его вернуться к учителю, поскольку речь идет именно о *его* отношениях с преподавателем. И мальчик осознает: родители уверены в его способности решать непростые проблемы в отношениях. Родителю можно действовать самому, только если ребенок сдался. Но даже в таком случае иногда лучше помочь сыну разобраться в своей обиде и разочаровании, после чего дать ему вновь выйти на связь с учителем. Родители не должны позволять сыну просто так сдаваться в общении с учителем и игнорировать его предмет, поскольку такие поражения могут перерасти в пессимизм более общего характера.

Думайте о будущем

Образование — очень личное дело мальчика. Это основной вывод, к которому мы пришли в процессе нашего исследования. Контактируя с учителями и тренерами, при попытке углубить знания и развить навыки мальчики сталкиваются с требованиями и проблемами. Однако поскольку учеба — дело сугубо личного характера, удачи и неудачи в жизни учителей и учеников влияют на то, насколько крепки их отношения и насколько обе стороны сосредоточены на преподавании и учебе. Мальчики могут стать

рассеянными, а учителя могут погрузиться в себя или потерять терпение.

Если все идет как надо, мальчик в союзе с родителями и учителями движется навстречу развитию. Следующая история показывает, как эффективное сотрудничество учителя и родителей помогает мальчику не сбиться с пути и обеспечить себе достойное будущее, невзирая на тревоги настоящего. Тоби был в девятом классе, когда его отец обнаружил измену жены, и семья развалилась. Тоби был привязан к обоим родителям, а потому разрывался — и скорее отдалялся от обоих, чем выбирал, кого любит сильнее. Отец съехал, процесс развода затягивался, и Тоби обратился за поддержкой к одноклассникам и старшему брату. Все в доме напоминало мальчику о счастливой семье, на которую он когда-то мог положиться.

Мать переживала за сына и предлагала ему поговорить, однако он отказывался. После череды жарких ссор с отцом, в которых Тоби признался, насколько разочарован его личностью и поведением, переживания матери лишь усилились. Однако Тоби упрямо отгораживался от родителей, потеряв веру в обоих.

Матери ничего не оставалось, кроме как обратиться за помощью извне. Она искала не только профессионалов, способных провести терапию, но также подключила к процессу друзей и семью. Она организовала для Тоби встречу с психологом, работавшим в его начальной школе, а также с воспитателем, перед этим рассказав последним о произошедшем и попросив как можно аккуратнее подобраться к ее сыну.

В течение следующего года их ожидало множество побед и поражений. Успеваемость Тоби резко понизилась, и он не сумел пройти отбор в школьную команду по футболу. Мать была убеждена: ее сын потерял уверенность в себе из-за пережитых потрясений и невзгод. Женщина непрестанно связывалась с учителями и тренерами; она пыталась не надоедать им слишком часто, однако было ясно, что она старается подключить всех вокруг к жизни своего сына. Постепенно она сама разобралась с нелегкими последствиями развода, хотя оставаться на связи с бывшим мужем было нелегко. Женщина переживала за Тоби; ее тревожило то, как сильно семейные проблемы повлияли на его учебу и поведение. Тоби искренне симпатизировал преподавателю группы продленного дня и по совместительству школьному консультанту. Тот не только был хорошим учителем английского, любящим свой предмет, но и, как оказалось, тренировал сборную по футболу. Когда работоспособность и успеваемость Тоби снизились, этот педагог побеседовал с его матерью и решил вернуть мальчику уверенность в себе, а не

твердить о том, какие плохие у него оценки. Он пригласил Тоби на тренировки по бегу и целую осень бегал вместе с ним, рассказывая ему истории, подбадривая и просто пытаясь подружиться с ним.

Если Тоби не нравились результаты тренировок, учитель напоминал ему о прошлых достижениях и настраивал его на прогресс в будущем. Преподаватель рассказывал о собственных победах и поражениях в спорте, делился своим представлением о беге как о метафоре всего требующего сосредоточенного труда, вопреки отвлекающим факторам и трудностям. Шли месяцы, и благодаря учителю Тоби узнал, как идти к своим целям, невзирая на невзгоды в семье, и как не терять самообладания. Мать была безмерно благодарна учителю, когда заметила его благотворное влияние на мальчика.

Глава 5
Компании и клубы

К двум годам дети обычно осознают свой пол, и это становится основой их самовосприятия. И хотя бинарное разграничение постепенно теряет свою актуальность, поскольку число детей-трансгендеров с 2011 по 2016 год удвоилось, количество детей, не определившихся со своим полом, невелико. Тем не менее существует много доказательств того, что мы меняем свое представление о гендерных категориях. В своей статье, опубликованной в газете «The New York Times», Лиза Селин Дэвис рассказывает, как ее дочь начала отвергать свою женственность в три года и перестала «быть как все девочки. Она отказывается *подстраиваться* под гендерные роли»[1]. Многие родители пытаются воспитывать детей независимо от гендерных норм, чтобы не ограничивать их представления о будущем.

Однако, невзирая на отчаянные попытки родителей уберечь детей, в современном обществе гендерные нормы до сих пор влияют на все, начиная с одежды и игрушек и заканчивая выбором друзей. К трем годам мальчиков и девочек уже начинают активно разделять по половому признаку, и это приводит к непоправимым последствиям, однако в то же время несколько облегчает жизнь. Исследования показывают: традиционные гендерные представления приводят к тому, что мальчики стремятся к независимости и перемещаются в пространстве свободнее девочек. Всем известно: мальчики проводят на улице больше времени, чем девочки. Свобода позволяет им пробовать новое и рисковать, обретая уверенность в себе и навыки, необходимые для жизни в обществе. Однако свобода также может отгородить их от положительного влияния семьи и других людей.

У мальчишеских компаний свои правила. Эти правила обусловлены традиционными представлениями о мужественности и заставляют мальчиков делать в иной ситуации немыслимое. Из-за уверенности мальчиков, будто им необходимо проводить время с друзьями, они уделяют компании больше всего внимания. Отношения с родственниками отходят на второй план, а тусовка сверстников становится отдельным мирком, где можно позволить себе недоступное дома или в школе. Мальчикам необходимо впечатлять друг друга и поступать так, чтобы товарищи по компании их ценили.

Начиная с подготовительного класса и заканчивая средним подростковым возрастом, мальчики во многом предоставлены

сами себе и благодаря дружбе с другими мальчиками развивают навыки общения, позволяющие им познать виды близости, отличные от родственной. Вместе с друзьями мальчики учатся заботиться, доверять, делиться, давать и принимать. Мальчики прививают друг другу положительные черты, приобретенные в семье, — например, преданность.

По мнению доктора Гарри Стека Салливана, известного психиатра первой половины двадцатого века, по мере развития когнитивных способностей дети учатся сочувствовать друг другу и поддерживать друг друга. Близкие узы, бывающие между «закадычными друзьями», учат детей принимать чужую точку зрения и заботиться о благополучии товарищей[2]. Дружба с кем-то — совершенно необычный опыт. Если прежде жизнь мальчика сосредотачивалась лишь на семье и соседях, то теперь он познает, как следует выстраивать системы связей с одноклассниками и лучшими друзьями. Жизнь мальчика становится более объемной.

Психолог Ниобе Уэй из Нью-Йоркского университета проследила, насколько сильны сострадание, любовь и близость, которые подростки проявляют в рамках дружбы, и пришла к выводу: невзирая на мнение большинства, между дружбой мальчиков и девочек нет особой разницы. Она объясняет: дружба между мальчиками выглядит особенной потому, что жизнь мальчика резко улучшается, когда в ней появляется тот, кто может его понять и принять.

К сожалению, такой союз обычно рушится из-за давления культурных норм — мальчикам приходится либо изменить свое отношение к другу, либо и вовсе оборвать связь. Те мальчики, которые прежде открыто разговаривали с Уэй о друзьях, затем поведали ей, как с возрастом дружба потерпела крах, поскольку мальчики сильно боялись выглядеть геями. Необходимость искать себе девушку и находиться в близких отношениях только с ней становится актуальной в самый разгар подросткового возраста.

Из-за этого юноши отрекаются от друзей, необходимых им для благополучной жизни. В последние годы психологи все чаще обращают внимание на «эпидемию одиночества», от которой особенно страдают пожилые люди и подростки[3]. Писатель Хара Эстрофф Марано отвечает на нарастающие опасения общественности следующим образом: «Дружба — как еда. Без нее нам не выжить… Когда мы не удовлетворяем своей потребности в дружбе, это разрушает наш разум, а порой — и наше тело»[4]. Хроническое одиночество влияет на организм, повышает уровень кортизола, гормона стресса и бьет по иммунитету. Все больше людей узнают о распространении одиночества и его угрозах, и в 2018 году британский премьер-министр Тереза Мэй даже ввела

должность министра по вопросам одиночества, которому предстояло организовать деятельность медицинских учреждений в соответствии с нуждами Соединенного Королевства. К счастью, благодаря пристальному вниманию к вопросам одиночества все чаще высказываются мысли о том, как помочь мальчикам противостоять силам, подрывающим их отношения с друзьями.

Узы, которые связывают мальчиков

Живущие отдельно от девочек, мальчики могут поделиться своими чувствами и мыслями только с близкими друзьями; сострадание и понимание сверстников позволяет им испытывать неведомое прежде облегчение. Ниобе Уэй обнаружила, что мальчики довольно ясно осознают важность дружбы. Один юноша выразил мысль следующим образом: «Тебе есть с кем поговорить. Например, у тебя проблемы — и ты говоришь о них с другом. Знаете, если держать все в себе, можно с катушек слететь. Нужно сбрасывать эмоции на других»[5].

Дружба помогает мальчикам приобрести жизненно важные навыки. Дети на всю жизнь запоминают, насколько им легче, когда кто-то может поддержать, насколько хорошо дружба помогает справиться с волнением по поводу проблем и повысить самооценку в трудную минуту. Бретт и Кейт МакКей в своем блоге «Искусство быть настоящим мужчиной» писали следующее: «Друзья — это те мужчины, на которых ты можешь положиться в трудную минуту. Они поддержат, даже если весь мир обернется против тебя»[6].

Джуди Чу посвятила отдельное исследование наблюдению за подростками, состоящими в отношениях друг с другом, после чего провела с ними беседы. Ее наблюдения подтверждают, насколько мальчику важно найти друга, с которым он сможет быть собой. Определяя, каким парням проще сопротивляться стереотипным представлениям о мужчинах, Чу обнаружила, что некоторые сдавались им почти целиком, даже понимая, что таким образом унижаются и теряют свое истинное лицо, в то время как другие смелее противостояли им. И эту группу мальчиков от другой отличало как раз наличие по меньшей мере одного верного друга — понимающего и принимающего их. Доктор Чу написала: «Мальчики, которых кто-то понимает и которые обретают уверенность в себе благодаря отношениям, намного лучше сопротивляются чужому мнению, а порой даже сохраняют совершенную независимость»[7].

В одном из мальчиков, с которыми познакомилась Чу,

совершенно разочаровались родители, поскольку тот перестал быть «самоуверенным мужчиной», однако юноша был совершенно доволен собой, невзирая на давление семьи и школы, ведь у него был друг, ценивший искренность. Во время беседы с Чу молодой человек сказал следующее: «Когда мне было тринадцать, я встретил самого близкого друга, и он действительно помог мне стать таким, каким я хотел быть… Например, он указал на все, что со мной делала мама… А я до этого даже не понимал, как она на меня влияет… Но потом он разложил все по полочкам, и я такой ему говорю: „Эй, а она ведь не права“. И мы оба такие: „Эй, а почему бы нам просто не быть собой?“»[8]

По утверждению Уэй, дружба мальчиков особенно важна, ведь благодаря ей они могут противостоять давлению «мальчишеского кодекса». Мальчик по имени Джордж сказал: «С лучшими друзьями мне не нужно скрываться за маской и, знаете, говорить только то, что они хотят услышать… Не приходится лицемерить и говорить что-то типа: ах да, конечно, мне ведь надо угодить тебе своим ответом»[9]. Беседуя с Чу и ее коллегами, мальчики описывали, насколько они близки и заботливы по отношению друг к другу:

> Мы с моим лучшим другом любим друг друга… так и есть… это такое чувство, которое так глубоко, глубоко внутри, оно в самом твоем сердце, и ты не можешь его описать… Мне кажется, бывает так, что люди по-настоящему могут понимать друг друга, доверять друг другу, уважать и любить друг друга. Такое просто берет и происходит. И это нормально[10].

По словам мальчиков, они без своих друзей «просто чокнутся» или «сорвутся». В результате исследований Уэй сделала вывод: мальчики настолько же близки в отношениях с друзьями, насколько и девочки, и их эмоции синхронизируются в той же мере.

В своем кратком обзоре истории мужской дружбы МакКеи прослеживает ее эволюцию: от героической дружбы в Древней Греции, воплощавшей идеал платонических отношений, до крепких уз и глубокой привязанности, распространенных в Америке девятнадцатого столетия (и Авраам Линкольн, и Теодор Рузвельт открыто говорили о своей близкой дружбе даже в зрелые годы); до более формальных и отстраненных отношений двадцатого века. Если не считать истинно «мужских поводов» совместного времяпрепровождения, таких как военная служба, спортивная деятельность или работа в пожарной службе или полиции, современные мужчины в большинстве сдержанны в

общении друг с другом. И виноват в этом, судя по всему, распространенный страх обвинений в гомосексуальности. До конца двадцатого века мужчины более открыто выказывали привязанность друг к другу и не боялись осуждения. Однако когда отношения между представителями одного и того же пола начали считаться «ненормальными» — в особенности психологами, — мужчины принялись настороженнее относиться друг к другу. Пятнадцатилетний Кенни недавно рассказал мне: его одноклассники распространили слухи, будто он «встречается» с другим мальчиком. Эти слухи вызывали у Кенни грусть и растерянность. Он никогда прежде не сталкивался с осуждением со стороны сверстников. А теперь задумался: «Неужели со мной что-то не так?» Он начал вести себя настороженно и старался не делиться своими чувствами с другими мальчиками. Психолог Грегори Лене из Университета Джонса Хопкинса вспоминает, с чем ему пришлось столкнуться: «В условиях конкуренции тяжело сохранить любовь и дружбу, поскольку мужчинам не положено проявлять слабость и делиться своими проблемами»[11].

И хотя времена меняются, направление этих изменений пока не ясно. В эпоху интернета взгляды людей формируются под влиянием широкого круга сексуальных образов и движений в поддержку сексуальных меньшинств. Социолог Эрик Андерсон из Винчестерского университета спросил: «Что будет с традиционными, консервативными, общепринятыми представлениями о мужественности, если гомоистерия продолжит набирать обороты?»[12] Проведя исследование среди молодых людей как в США, так и в Соединенном Королевстве, он заключает: распространение «обновленных идеалов мужественности» позволит мужчинам «совершать поступки, которые прежде связали бы с гомосексуальностью», однако без угрозы их гетеросексуальности[13].

Но Уэй полагает, что принятие обществом гомосексуалов может, наоборот, оказать еще *большее* давление на гетеросексуальных мальчиков. Она считает, «это наверняка вынудит гетеросексуалов еще более яростно настаивать на своей мужественности и вести себя еще более стереотипно. Условности мужской жизни лишь обретают силу, когда мужчины с двойным рвением разделяют своих собратьев на „настоящих“ и „не настоящих“ мужчин»[14].

Куда бы нас ни привели эти культурные изменения, они повлияют на дружбу между юношами — и, как следствие, на их общее благополучие. В нынешних условиях отсутствие друзей пагубно сказывается на мальчиках. Уэй предложила использовать классический термин *аномия* — состояние отчуждения и

бессмысленности, обычно вызванное гнетом общества, — чтобы охарактеризовать подавленное, бездеятельное состояние представителей старшего подросткового возраста. Потеря близкого друга часто сопровождается болью и порой опустошает. Например, один мальчик сказал Уэй следующее: «Я потерял своего друга… Он был единственным, кому я мог доверять, и с ним можно было разговаривать о чем угодно. В тяжелые минуты он помогал мне прийти в себя. А я помогал ему. Теперь же мне так одиноко, порой даже невыносимо. Мне теперь не с кем гулять, не с кем говорить по телефону, не с кем поделиться секретами или тревогами… Знаете, мне кажется, жизнь уже никогда не станет прежней. Думаю, когда теряешь настоящего друга, другого такого уже не найти»[15].

Одиночество и потеря, о которых он говорит, может стать одной из причин, по которой молодые люди пугающим образом меняются: количество самоубийств среди мальчишек в четыре раза превышает данный показатель у девочек. Уэй не считает это совпадением: «В культурной среде, объявляющей нужду или необходимость в близости и эмоциональной поддержке, противоположной представлениям о мужественности, юноши переживают сильное чувство отчуждения, причиной которому как раз и являются такие взгляды»[16].

Товарищеские отношения

В своем замечательном исследовании, проводимом на территории игровой площадки для учеников начальной школы, социолог Барри Торн приходит к следующим выводам: «Хотя мальчики и девочки *растут* вместе и часто взаимодействуют в стенах школы, их контакты редко перерастают в дружбу или иной вид долговременных отношений, в то время как взаимодействия представителей одного пола намного чаще приводят к возникновению крепких и надежных уз»[17]. Мальчики и девочки становятся друг для друга «знакомыми незнакомцами», поскольку их учат ежедневно соблюдать гендерные границы.

Есть множество теорий, объясняющих, почему мальчики и девочки разделяются, когда необходимо выбрать, с кем играть: начиная с биологической предрасположенности и разницы в игровых предпочтениях и заканчивая культурным давлением, вынуждающим представителей разного пола отрекаться друг от друга, и когнитивными процессами, заставляющими мальчиков искать общества других мальчиков потому, что с ними интереснее. Однако исследование Торна показало: школа, как самая важная общественная площадка для детей, подстраивает свою деятельность под гендерные различия и увеличивает пропасть между представителями разных полов. Если мальчику

интересно, во что играют девочки, или он симпатизирует девочке, он оказывается на границе, пересечь которую ему не позволяют как сверстники, так и взрослые. Его дразнят, над ним издеваются, и это приучает мальчиков следовать «мужским» предписаниям — иначе будет худо.

В итоге группы девочек и мальчиков развиваются в разных направлениях. Принято считать, что девочки дружат парами, а мальчики группами. Якобы девочки разговаривают друг с другом и делятся секретами, в то время как мальчики любят играть и пробовать новенькое. Однако наблюдения Торна также показали, что мальчики и девочки взаимодействуют согласно неким ритуалам: дразнятся, играют в игры, где команда мальчиков выступает против команды девочек, где необходимо догонять и побеждать друг друга. Их взаимодействие будто воплощает избитое мнение о том, что мальчики и девочки — два противоположных лагеря.

Оказываясь в отдельной группе, мальчики познают ни на что не похожий вид отношений: товарищеские отношения. Совсем как группы девочек являют собой воплощение норм, применимых исключительно к девочкам, товарищеские отношения управляются согласно «мальчишеским правилам». Отношение группы сверстников к мальчику определяет, какой имидж у него сложится в окрестностях и в школе. Общение в рамках компании не только позволяет выжить, но и поддерживает дух товарищества, а также дает ощутить себя принятым. Мальчишки всех культур свято берегут воспоминания о невероятных приключениях, диких вылазках и дружбе длиною в жизнь. «Я тебя прикрою!» — вот формулировка связывающих мальчишек уз.

Товарищеские отношения встречаются в самых распространенных видах мальчишеских компаний: среди играющих вместе мальчишек, среди одноклассников, выходящих вместе во двор в перемену, среди членов спортивной команды, внутри отрядов бойскаутов и в рамках кружков по интересам. В группах мальчики мотивируют друг друга и следуют правилам, отличающимся от правил близкой дружбы. Мальчик не может покинуть группу сверстников, и он обязан найти свое место в ней. Опыт, полученный в тусовке, формирует представление мальчика о себе и своей жизни.

Если все идет как надо, товарищеские отношения усиливают чувство принадлежности и формируют важные ценностные ориентиры. Например, такое обычно происходит в спортивных командах. Джо Эрманн (футбольный тренер, также проводящий тренинги для других тренеров) уверен: будучи частью команды, мальчики учатся «быть мужчиной в глазах других» — то есть

понимать, что являются частью чего-то большего, чем их собственная жизнь, и нести ответственность за товарищей по команде, которые точно так же преданы общему делу. Эрманн говорит: «Мы принадлежим друг другу. Непреложное правило — полностью принимать друг друга. Мы нужны друг другу. Команда — это единый организм. Мы взаимозависимы; ни один участник команды не может функционировать без помощи товарищей. Мы влияем друг на друга. Единство означает: все — как один»[18].

Эрманн разработал философию «трансформационного тренерства». В отличие от «транзакционного тренера», который в первую очередь сосредоточен на победах и поражениях, трансформационный тренер «упорно развивает в себе умение понимать себя и сочувствовать другим, а также воспринимает спорт как достойную и воспитывающую достоинство дисциплину». Его главная цель — до выпускного обучить игроков «трем истинам. Первая — их любят. Вторая — их любят и принимают за то, какие они, а не за то, что они делают. Третья истина: они могут оставить свой след в этом мире»[19]. Данный пример позволяет нам заметить, как сила товарищеских отношений способна воспитывать в юношах достоинство и закалять их характер.

Есть и другие замечательные примеры. Доктор Уэй обнаружила, что мальчики — представители меньшинств, а также дети из рабочих или нищих семей, у которых изначально меньше возможностей в жизни, превратили общение друг с другом в настоящее искусство. Среди афроамериканцев формируются товарищеские отношения, основанные на угнетении, заставляющем их сильнее ценить преданность и привязанность. Доктор Лайонел Ховард из Университета Джорджа Вашингтона, исследование которого сосредоточено на роли отношений в развитии афроамериканцев, утверждает: то, насколько хорошо афроамериканские мальчишки справляются с конкуренцией и жизненными проблемами, зависит от качества отношений с другими афроамериканцами[20].

Исследования, проводимые в исключительно мужских школах, также показывают: товарищеские отношения благотворно влияют на жизнь мальчиков. Сторонники раздельного воспитания заявляют: когда мальчикам не приходится постоянно доказывать свое отличие от девочек, им проще пробовать что-то, не вписывающееся в стереотипы о настоящих мужчинах. Дети могут проявлять себя в искусстве, делиться эмоциями, усердно учиться, крепко дружить. Одна из таких школ, «Eagle Academy for Young Men», выпускает в два раза больше афроамериканцев, чем любая другая нью-йоркская школа; 90 % ее выпускников поступают в

колледж. Администрация школы частично приписывает успех созданию культурной среды, в которой сверстники могут открыто заботиться друг о друге. Мальчики, как показало исследование доктора Джозефа Деррика Нельсона из Суортморского колледжа, в таких школах познают правила «трансформационного товарищества»:

- в первую очередь думать об окружающих, а не о себе;
- понимать, когда кто-то оказался в беде;
- предлагать помощь;
- активно участвовать в общих делах;
- принимать сверстников такими, «какие они есть»[21].

Как можно судить по вышеописанным примерам, если все складывается должным образом, товарищеские отношения помогают мальчикам найти понимание, поддержку и любовь. Мальчики с раннего возраста общаются с другими мальчиками, и как только они замечают, что их пол сильно влияет на их личность, дружба становится опорой для развития жизненно важных навыков. Товарищеские отношения могут помочь некоторым мальчикам и даже спасти им жизнь.

Потерянные в толпе

Однако иногда товарищеские отношения пагубно сказываются на жизни мальчиков. Если за любой промах могут исключить из компании, она становится больше похожей на культ и требует от участников поведения, не соответствующего социальным нормам. Группы одноклассников, спортивные команды и другие компании, в которых важны товарищеские отношения, иногда подбивают участников на преувеличенные проявления мужественности, искажающие ценностные ориентиры мальчика и лишающие его здравомыслия. Уже в начальной школе компания может призывать к антисоциальному поведению, вынуждая участников поступать так, как они ни за что не поступили бы в другой ситуации. Согласно исследованию Джуди Чу, два года наблюдавшей за мальчиками трех и четырех лет, осознав свою гендерную принадлежность и начав посещать школу, мальчики собирались в компанию, целиком оторванную от девочек. Каждый мальчик теперь был аккуратен в выборе товарищей, игрушек и поведения в школе. Компания враждовала с девочками, чтобы окончательно отгородиться от них.

Тусовка сверстников может как вдохновлять, так и угнетать. Оказавшись в «чисто мужском» обществе, мальчики

обнаруживают, что им некому себя противопоставить. И они сражаются за отличие от других. Чтобы правильно воспитать из мальчика мужчину, важно понять, как помочь ему сохранить свою индивидуальность в условиях общественного давления, призывающего скрывать свою истинную суть. Если не будет близкой души, он, скорее всего, начнет притворяться. Писатель Джордж Оруэлл верно определил, что лицо мальчишек срастается с маской, которую они носят.

Сэм был средним ребенком в большой семье. Его старшие братья всегда хорошо успевали в учебе, спорте и общении, и им некогда было обращать внимание на Сэма. Отец мальчика в свободное от работы время интересовался спортивными увлечениями старших сыновей — бейсболом и лакроссом. Сэму было тяжело отличиться в отцовских глазах, хотя он пробовал себя в самых разных видах спорта. Мать мальчика проявляла к нему доброту и понимание, однако ей было намного проще заниматься младшими дочками.

В школе Сэма учились дети с садика и до восьмого класса, восьмиклассники считались самыми старшими, сильными, дерзкими и непослушными мальчиками. Оказываясь без присмотра взрослых после занятий, они часто дрались во дворе за места в негласной иерархии. Мальчики, которые хорошо учились, дружили с преподавателями и старательно выполняли домашнее задание, подвергались насмешкам и бесчисленным издевательствам: их толкали в очередях, им ставили подножки в коридорах, их доставали в туалетах.

Сэм, имеющий талант писателя, относительно легко справлялся с домашним заданием и искренне любил учиться. Педагоги не скрывали своей симпатии к нему, особенно выделяя на фоне других, более шкодливых мальчиков, редко отвечавших на уроках. Но, став подростком, Сэм понял, что искреннее желание учиться и заслуженная похвала учителей теперь грозит ему неодобрением со стороны сверстников. Он мог стать жертвой.

К восьмому классу успеваемость мальчика начала снижаться, он получал замечания за плохое поведение, а дома был сердит и угрюм. Иногда он огрызался на мать и плохо обращался с младшими сестрами. Родители заметили, что он сменил компанию и по выходным принялся чаще отпрашиваться в гости с ночевкой к популярным мальчикам. Последнее даже обрадовало родителей: они подумали, Сэм наконец-то «стал общительным», а агрессию мальчика списали на переходный возраст и гормоны. Сэм по-новому интересовался девочками, но однажды мать, в очередной раз тайком проверяя телефон сына, нашла там файлы подозрительного содержания. Она дважды наткнулась на

непристойные и соблазнительные фотографии девушек, которыми обменивались его новые друзья.

В конце концов родители поняли: с Сэмом что-то не так, и записали его на консультацию. Во время первичной беседы со мной Сэм признался, что боялся издевок и насмешек со стороны одноклассников. Наконец он решил, будто у него нет выбора и придется присоединиться к заводилам — тогда ему позволят присоединиться к посиделкам и ночевкам. Сэм обнаружил, что может веселить других — играть роль «шутника», — и решил пожертвовать учебой во имя своей безопасности. Он никогда не оспаривал положение более сильных парней и на самом деле даже нашел среди них того, кто ему нравился и кому нравился он сам. Он даже начал наслаждаться приятельскими отношениями и ощущением безопасности. Он научился ладить с людьми, просто играя по их правилам.

Однако Сэм также обнаружил, что ему совершенно не нравится, в каком направлении его ведут новые друзья и что семья почти не общается с ним. Родители ничего не знали о его проблемах. На вечеринки мальчики приносили алкоголь, который крали дома, а порой и марихуану. Уже начавшие принимать наркотики давили на других, чтобы те тоже вели себя огульно и «по-взрослому». Сэм как раз попал в эту «волну». За обедом его товарищи рассказывали о том, какие «подвиги» совершили на выходных; насколько далеко зашли в плане секса и каких девчонок охмурили. Чем больше Сэм общался со своими новыми приятелями, тем сильнее он отдалялся от семьи и истинного себя. Ему все труднее и труднее было даже думать о том, чтобы рассказать родителям о своей жизни.

К счастью, Сэма оказалось несложно вернуть в прежнее русло. Его родители забили тревогу достаточно рано и сумели признать, что лишили сына уверенности, воспринимая его достижения как должное, почти не уделяя ему внимания и испытывая гордость лишь за спортивные успехи старших сыновей. Родители извинились перед Сэмом. Они смогли убедить его в том, что он, как и его братья, обладает уникальными талантами, включая его умение красиво писать. Отец начал раз в неделю проводить время с сыном: он спрашивал, куда Сэм хотел бы отправиться, и делал предложенное. Они то ходили в закусочную, то перебрасывались мячом для лакросса, то просто сидели в подвале — и Сэм уделывал отца в выбранную им видеоигру.

Опыт, полученный в восьмом классе, помог Сэму и его родителям усвоить, насколько притягательными и опасными бывают товарищеские отношения. Сэм мог утратить себя. Принимая отношения с товарищами близко к сердцу, мальчики

способны потерять опору и забыть о нравственных ориентирах. А голоса родителей так и останутся неуслышанными под постоянным давлением правил группы, неповиновение которым грозит ужасными последствиями. История Сэма показывает, насколько для мальчика в противостоянии давлению сверстников важна опора в виде отношений с родителями. Кроме того, эта история демонстрирует, насколько ограничена мальчишеская отвага. История Сэма говорит, как мальчики порой впадают в растерянность и соглашаются слушаться других подростков, пусть даже это им совсем не по душе.

Некоторым мальчикам повезло меньше, чем Сэму: родители не вступились за них в нужную минуту, и это сбило их с правильного пути. Антрополог Пегги Сендей из Университета штата Пенсильвания заметила, что изнасилование — социокультурное явление, которое чаще всего происходит при определенных условиях. Когда в компании мальчиков продвигаются радикальные идеалы мужественности, включая враждебное отношение к женщинам, эта компания становится группой «потенциальных насильников»[22]. В таких условиях излишняя приверженность идеалам мужественности и сексуальным представлениям, рассматривающим женщину лишь как предмет вожделения, являют собой крайне опасное сочетание. Психолог Нил Маламут из Калифорнийского университета в Лос-Анджелесе разработал шкалу, с помощью которой можно оценить склонность мужчины к изнасилованию, и получил пугающие результаты: треть юношей студенческого возраста признались, что они бы изнасиловали женщину, если бы «их точно никто не поймал и не наказал»[23].

Однако в мальчике вряд ли разовьется враждебность к женщинам, если он будет привязан к семье. Близкие отношения с родителями оберегают от проявлений бесчеловечного, агрессивного и деструктивного поведения, воспеваемого в помешанных на мужественности культурах. Преувеличенные идеалы мужественности легко взрастить на подготовленной семьей и сверстниками еще в раннем возрасте почве. Становясь старше, такие мальчики отстраняются от родителей и воспринимают компанию товарищей как семью, где роль валюты играет «уважение».

Университетские братства сейчас как никогда популярны: каждый шестой юноша, учащийся в колледже на дневном отделении, — пример того, что слово «братство» совершенно изменило значение. Согласно исследованиям в области здравоохранения, 86 % молодых людей, живущих в общежитиях, участвуют в попойках в два раза чаще других студентов[24].

Сравнив количество сексуальных домогательств со стороны юношей до и после того, как они присоединились к братству, один исследователь обнаружил, мужчины в три раза чаще занимались харрасментом после посвящения. В выпуске журнала «Time» 2014 года писательница Джессика Беннетт спросила: «Что, по-вашему, может произойти в компании, в которой женщин воспринимают словно чужаков, товар или, хуже того, жертву и где правила устанавливают мужчины? Не стоит удивляться, в итоге получится настоящая мужская компания — и на самом деле самим мужчинам она будет не так уж и по душе»[25].

Членство в таких группах заставляет юношу разрываться между истинным представлением о себе и тем, каким его видит «братство». Большинство мальчиков сдаются давлению компании и, подчинившись, даже теряют себя, совсем как Сэм. Но, подобно Сэму, им могут помочь отношения с родителями: напомнив о самых важных человеческих ценностях, они укажут ему путь прочь от пагубных правил компании.

Воспитывая мальчиков, необходимо учить их отваге. Поддерживая убеждения мальчика и подпитывая его сопротивление, вы поможете ему противостоять давлению стереотипов о мужчинах. То, как мальчик справляется с проблемами в компании, определяет его дальнейшую жизнь.

Что могут сделать родители и учителя

Когда мальчик вольется в компанию сверстников, родители и учителя в первую очередь должны вспомнить выражение: «Чтобы найти друга, научись дружить». Чтобы мальчик умел дружить, его необходимо научить заботиться, доверять, делиться и идти на компромиссы. В самом начале дружбы мальчик опирается на принципы, усвоенные в семье. Поэтому самые первые отношения с родителями, учителями, братьями и сестрами определяют, как мальчик будет общаться с людьми в дальнейшем. Мальчики, уверенные в своей небезразличности кому-то, уверенно выказывают симпатию к людям. Им проще проявлять щедрость, работать по очереди и интересоваться жизнью друзей. Они умеют отказывать, если чья-то просьба не соответствует их принципам.

Некоторые исследования подтверждают, что узы, связывающие мальчика с матерью, определяют его доброту к окружающим. Матери не только помогают сыновьям противостоять стереотипным представлениям о безэмоциональных мужчинах. От контакта с мамой зависит, как мальчик, став подростком, будет относиться к своим друзьям.

Ниобе Уэй пишет: «У мальчиков, у которых наблюдалось *развитие* в отношениях с матерью с шестого по восьмой класс, обычно также наблюдалось *развитие* навыков сопротивления традиционным представлениям о мужчинах в процессе дружбы»[26].

Оказывается, по силе уз, связывающих детей с их опекунами, можно на удивление точно определить, насколько крепки будут взаимоотношения с людьми в будущем. Как я упоминал в первой главе, исследователи взаимоотношений обнаружили, что с помощью опросника возможно предсказать привязанность сыновей и дочерей к своим родителям с 85-процентной точностью[27]. И хотя подход к узам с возрастом может измениться в лучшую сторону, избавиться от замкнутости, недоверия, властности и корысти, с которыми сопряжены ранние обиды ребенка, крайне тяжело. Важнейшая профилактическая стратегия, позволяющая матерям, отцам и другим взрослым подготовить мальчика к дальнейшей жизни, заключается в построении крепких уз с сыновьями и подопечными, а также сохранении контакта.

Кроме того, есть несколько конкретных рекомендаций для родителей, желающих поддержать мальчиков, вступающих в дружеские и товарищеские отношения.

Давайте возможность развиваться

Мальчику для развития необходимы друзья, поэтому родители должны найти в его расписании, заполненном семьей и учебой, время для встреч с приятелями. Это становится все сложнее и сложнее, ведь детство подстраивается под суету современного мира. Помимо детского сада и группы продленного дня, летних лагерей, спортивных тренировок и художественной студии, у ребенка должно быть время и на себя. Родители обязаны выделить мальчику то время в течение недели, когда он мог бы видеться с друзьями, по крайней мере если мальчик достаточно взрослый, чтобы гулять без присмотра.

Поскольку сейчас на улицах не так безопасно, как раньше, все меньше детей могут просто взять и выйти из дома в поисках товарищей и друзей. Выход — устраивать встречи со сверстниками, но маленькие мальчики вряд ли способны сами организовать мероприятие. Именно здесь родителям поможет их внимательность и умение слушать сына: следует всеми способами помочь мальчику в социализации. Такие простые слова, как «Я хочу, чтобы ты поиграл с Томми», могут стать первым шагом к

решению проблемы социальной изоляции. Обеспечить мальчиков надежной опорой и поддержкой для дружеского контакта можно, просто спросив: «Почему бы тебе не пригласить его прийти к нам в следующие выходные?» и «Давайте вы договоритесь о встрече, а потом я все передам его маме?». Следуя за сыном, а не направляя его, вы воспитаете инициативность и независимость.

Однако родителям необходимо работать, а учителям — готовить учеников к тестам, поэтому мальчикам, осваивающим дружбу, тяжело найти поддержку у взрослых. Намного проще и эффективнее составить мальчику строгое расписание, чем долго и упорно выявлять его нужды и следовать его желаниям. Тем не менее родителям важнее всего воспитать в мальчике жизненно необходимые навыки. Мы хотим, чтобы мальчики могли отыскать свой путь в жизни, — и не имеем права выполнять работу за сыновей и учеников. Суматошная жизнь с ее соблазнами и постоянно меняющейся расстановкой сил потребует от мальчика стойкости, творческого подхода и большой силы воли — и в идеале эти навыки необходимо привить заранее, прежде чем мальчик нырнет в глубокие воды юношества. В раннем подростковом возрасте, когда сверстники начинают давить друг на друга, призывая освободиться от влияния родителей и учителей, мальчикам, не научившимся отстаивать свою точку зрения, намного сложнее завоевать чужое уважение.

Изучение жизнестойкости мальчиков показывает, что им проще держаться на плаву, если есть хотя бы один союзник — кто-то, кто позволяет им быть собой, заботится об их нуждах и поддерживает в любой ситуации. Разыскивая себе товарищей, мальчик ощущает себя уверенно, если его безусловно принимают учителя, тренеры, духовные наставники и родители. Ребенку совершенно необязательно бояться исключения из компании, однако, несомненно, важно, может ли мальчик рассчитывать на чью-то поддержку, на утешение и осознает ли он, что на его жизнь влияют не только неподвластные ему внешние силы. Каждый ребенок должен найти равновесие между ожиданиями общества и собственными предпочтениями.

Не ослабляйте бдительность

Из истории Сэма, как и других историй, записанных психологом Джуди Чу, следует: родители и учителя часто не осознают, насколько важную роль они играют во взаимоотношениях мальчика с друзьями. Пока мальчики еще достаточно юны, чтобы их социальная жизнь была как на ладони,

а проблемы решались посредством здравого смысла, родители и учителя должны помочь детям научиться находить равновесие между требованиями группы и их собственными ценностями и нуждами. Пристально наблюдая за тем, как мальчик справляется с проблемами в общении и держится на плаву — и вмешиваясь, если он теряется или впадает в смятение, — можно поддержать его, покуда он не сформирует собственное представление о себе и не отточит умение балансировать между чужими ожиданиями и своими желаниями.

Сложность в том, что «детское общество» живет по правилам, которые не подчиняются взрослым. В результате исследования, проведенного командой студентов в стенах независимой школы и посвященного травле и насилию, было получено два ключевых наблюдения, подчеркнувшие «незаметную с первого взгляда, но очевидную при чуть более внимательном рассмотрении» природу этих правил. Один из десяти мальчиков подвергался избиениям и дедовщине; один из трех — травле, угрозам или запугиванию. Все это происходило в таких местах, как столовая, школьный двор, спортивный зал или раздевалка — то есть отличающихся отсутствием в них большого количества взрослых. Мальчики мастерски обходят наблюдение.

И не то чтобы родители и учителя особенно старались их застукать. На самом деле поразительно, но обычно взрослые замечают только самые вопиющие случаи. Будучи представителями поколений с совершенно разными нравами, точками зрения и мнениями, молодые и взрослые люди почти не обращают друг на друга внимания и словно обитают на разных планетах. Становясь старше, мальчики все чаще обращаются к друзьям и сверстникам по таким важным вопросам, как выбор одежды, музыки, поведение в отношениях, стремление к целям и веселье, а также начинают презирать все связанное со взрослыми. Подростки — словно отдельное племя.

И взрослым необходимо следить, по каким правилам живет это племя и как эти правила влияют на конкретных мальчиков. Стремясь влиться в компанию, мальчики вынуждены подчиняться нормам, которые могут не соответствовать привитым их семьей ценностям. Через пробы и ошибки мальчики учатся балансировать между желанием быть частью группы и оставаться собой, это требует гибкого мышления и отваги. У мальчиков в жизни будет достаточно поводов проверить, насколько хорошо они сопротивляются давлению. И, возможно, они совершат множество ошибок. Когда мальчик сдается давлению компании, лучше, если у него будет возможность признаться кому-то в том, насколько противоречиво и неловко он себя чувствует.

Если сын присоединяется к компании сверстников, у родителей появляется множество возможностей — различного толка. Даже будучи не в силах решить мелкие проблемы в социальной жизни ребенка, родители должны интересоваться ее качеством. Как много у него друзей? Насколько воспитаны мальчики, с которыми он общается? Может ли он быть собой хотя бы с некоторыми из них? Его дружба с мальчиками подразумевает преданность и заинтересованность? Если все складывается хорошо, мальчик достаточно сильно доверяет родителям, чтобы рассказывать о своих друзьях, товарищах по команде и других сверстниках. Прекрасно, если мальчик может поделиться с родителями всем, не боясь, что они встревожатся, начнут в нем сомневаться или отвернутся от него.

В истории Сэма родителям были бы полезны как хорошие, так и плохие известия. Его семья, добрая и заботливая, не замечала, насколько он ошеломлен своим окружением, до тех пор пока по его поведению не стало ясно: мальчик вот-вот попадет в беду. Как только родителям удалось заинтересовать Сэма чем-то новым и мальчик наконец поделился тайнами социальной жизни, он смог вернуться к прежним нравственным ориентирам. Выложив все как на духу и увидев понимание родителей, он обрел силы, позволившие ему восстановить душевное равновесие. Его успеваемость повысилась, и он начал больше времени проводить с семьей. И хотя он продолжал дружить с той же самой компанией, вмешательство мамы и папы дало ему предлог порой отказываться от вечеринок и перестать гнаться за быстрой, однако неглубокой жизнью популярной тусовки.

Правила товарищеских отношений разнятся от культуры к культуре, однако неизменно отражают конкретный, преобладающий идеальный образ мужчины, который позволяет участникам группы уважать друг друга за одни качества и порицать — за другие. В то время как у более крупных, чем сверстницы, девочек падает самооценка, у мальчиков наоборот: более крупные, рано созревшие мальчишки получают больше одобрения, чем те, кто помельче, не так спортивен или меньше соответствует стереотипам. Культурная подоплека влияет на то, как мальчики видят себя сквозь призму товарищеских отношений. Им тяжело не принимать мнение компании, положительное и отрицательное, близко к сердцу.

У Малика было много друзей в пятом классе. Однако, став подростком и переживая резкий скачок в развитии, он заметил, насколько отличаются отношения в компаниях средней школы. Малика перестали замечать и никуда не звали. Одна группка, состоящая из четырех или пяти мальчиков, начала обретать

популярность, и ее участники общались исключительно друг с другом. В столовой они занимали друг для друга места, а Малику и другим детям, с которыми он раньше дружил, приходилось сражаться за оставшиеся сиденья. Во время обеда эти мальчики увлеченно болтали друг с другом и часто набрасывались на мальчишек, пытавшихся принять участие в разговоре, высмеивая их и таким образом укрепляя уверенность в себе.

Перелом произошел, когда Малик узнал, что эти мальчишки не намерены приглашать его на вечеринку в честь дня рождения товарища. Он выяснил горькую правду случайно, поскольку вечеринка планировалась тайком. Вечером пятницы он написал сообщение мальчишке (который не состоял в той компании, однако постоянно ошивался рядом с ней) — узнать, занят ли тот и не хочет ли он встретиться. Пришел ответ, что у этого мальчика уже есть планы: он собирался «на вечеринку к Эвану». Все сдерживаемое разочарование, унижение и осознание собственной ничтожности выплеснулось наружу, и Малик, не выдержав, расплакался.

К счастью, мать заметила, как изменилось лицо сына, когда он читал ответное сообщение, и подошла к нему. Хотя ей было больно за сына, мама прикусила язык и просто утешила его, не высказывая своего мнения. Она поняла, что сейчас важнее позаботиться о долгосрочных последствиях, чем избавить сына от мимолетной обиды. Малик должен был сам понять, как ему решить проблему в общении с одноклассниками. И он сам осознал, что мальчики, с которыми он общался, на самом деле не были ему друзьями и ему следовало уделить внимание другой группе мальчиков, которые, даже будучи менее «популярными», относились друг к другу лучше.

Поддерживайте отстраненных и замкнутых мальчиков

Родителям не стоит тревожиться, когда мальчики «устают» от друзей. Согласно исследованию психолога Уильяма Буковски из Университета Конкордия в Монтреале, посвященному дружбе между подростками, снижение темпов социальной активности — нормальное явление[28]. С таким потоком событий было бы странным, если бы мальчики, наоборот, не уставали от дружбы. Поскольку дружба — своего рода полигон, где можно научиться долгосрочным узам, для мальчиков даже желательно уметь подстраиваться под разные обстоятельства отношений и справляться с неудачами, хотя многие родители забывают о здравом смысле, уверенные, будто их сын — победитель по

жизни.

Но, обжегшись однажды, ребенок может и вовсе потерять желание общаться. Некоторые мальчики находят общение с компанией слишком сложной задачей и сдаются. Джеб впервые пришел ко мне шестиклассником. Он быстро продемонстрировал, насколько уверенно чувствует себя со взрослыми. Джеб был остроумным шутником, открыто всем делился и не боялся критики. Он оставался собой, если знал: его готовы выслушать с должным вниманием и уважением. И все потому, что он умел полагаться на отношения с родителями и учителями.

А вот отношения с одноклассниками были совершенно другим делом. Джеб описывал других шестиклассников как неприятных, даже отвратительных людей; рискнув найти среди них друзей и потерпев неудачу, он пытался оправдаться и переложить ответственность на окружающих. Учителя обожали Джеба за искренность, трудолюбие и чувство юмора, однако он проводил все выходные только с семьей. Ему редко приходили сообщения от одноклассников. Джеб никогда не испытывал радости общения с друзьями и рос пессимистичным и угрюмым. Однако ни он, ни его мать не могли связать два обстоятельства друг с другом. Хотя нет, они их связывали, вот только не в том направлении: по их мнению, природная склонность к унынию и привела к отсутствию друзей. У Джеба также раньше были проблемы с обучаемостью, и, чтобы догнать одноклассников, он несколько первых лет в школе посещал специальные занятия. Проведя столько времени отдельно от сверстников, Джеб стал для них чужаком и даже слышал злобные замечания от других мальчиков, когда хотел присоединиться к той или иной группе во время уроков физкультуры. Джеб уверился в том, что отличается от остальных и его никогда не примут другие мальчики. Он не мог здраво оценить себя.

Узнав все подробности истории Джеба от его родителей, учителей и проведя несколько тестов во время первичной беседы, я понял: мальчик столкнулся с проблемой, которая впоследствии разрастется еще сильнее. У мальчиков есть бессознательное стремление вырасти уникальной личностью со своим набором отношений; они должны сами выстроить свою жизнь. Джеб же отступил под защиту семьи, а мать неосознанно подпитывала его ощущение беспомощности, соглашаясь с тем, что мальчик просто-напросто отличается от своих одноклассников. Она думала: может, нужно какое-то лечение? А Джеб, в свою очередь, был растерян и понятия не имел, как остановить падение в бездну.

Я спросил Джеба, общается ли он с одноклассниками, при этом подчеркнув, насколько он веселый, умный и по-настоящему

интересный собеседник — другим наверняка понравилось бы с ним общаться. Когда он начал жаловаться на других мальчиков и оправдывать свое бездействие, я предложил ему поставить цель и пообещал поддерживать на пути к ней: по крайней мере раз в неделю видеться с кем-то из сверстников. Я помог Джебу составить список одноклассников, с которыми ему могло бы быть интересно, позволив раскритиковать каждого кандидата, но не списывать его со счетов. «Никто не идеален, Джеб, однако тебе необходим хороший друг, поэтому дай парням шанс понравиться тебе». Моя уверенность в его силах, а также оптимистичные ожидания по поводу ребят, в которых он уже успел разочароваться, кажется, убедили его последовать замыслу. Конечно же, Джеб обнаружил: многим одноклассникам хотелось бы дружить с ним, и его отношение к сверстникам начало меняться. Он и правда вскоре достиг поставленной цели и перестал жаловаться на приступы уныния.

Я не стал оспаривать жалобы Джеба на то, насколько грубы и злы мальчики в его классе. Он знал это лучше меня. Однако было и лучше известное мне: даже когда ему казалось, будто все ополчились против него, он мог постепенно менять отношение к себе, превращая одноклассника по одному в прятелей; он мог вернуться в здоровое социальное русло, для начала просто попробовав пообщаться с дружелюбными и открытыми мальчиками, а затем переключившись и на враждебно настроенных. Добившись успеха в отношениях, он избавился от беспомощности и отчаяния, а также стал более уверенным в себе. Веселый, добрый мальчик, которого любили взрослые, приглянулся и сверстникам и, шаг за шагом, открыл важную тайну, позволяющую ладить даже с теми компаниями, которые выказывают злобу: нельзя добровольно становиться козлом отпущения и смиряться с положением жертвы.

Каждый мальчик ощущает себя неуверенно в компании — даже «вожаки», которые всеми верховодят. Любой может внезапно стать жертвой насмешек. Многие дети, здраво оценивая себя, боятся травли. Однако даже когда мальчику приходится опускаться до уровня компании, он не забудет о своей истинной сути, если есть близкие люди, принимающие его настоящего. Личность каждого мальчика может существовать в рамках не совсем здравых правил компании — и быть сильнее их. Чтобы поддержать мальчика, необходимо помочь ему наладить отношения со сверстниками и одновременно сохранить индивидуальность, невзирая на правила компании.

Вмешивайтесь в жизнь потерявшихся мальчиков

Такие мальчики, как Сэм, попадают под влияние компании потому, что ни родители, ни одноклассники не обращают на них внимания. Тусовка позволяет им хоть как-то выделиться. Сэм изо всех сил старался понравиться самым крутым мальчикам в классе, притворяясь и выпендриваясь ради привлечения внимания. Мальчику казалось, в кругу популярных сверстников он поднимет себе самооценку, упавшую из-за недостатка внимания со стороны родителей и одноклассников. Однако чем сильнее компания сбивала его с пути, тем большим приходилось жертвовать Сэму. Когда родители вмешались в его жизнь, мальчик почувствовал искреннее облегчение.

Он перестал ощущать себя посторонним. Многие мальчики, поддавшиеся влиянию компании, втайне желают, чтобы кто-то пришел на помощь и вернул их жизнь в прежнее русло. Когда родители и другие взрослые замечают, что мальчик отбился от рук, они часто не видят в нем жертву давления и начинают ругать. Услышав порицание в свой адрес, мальчик думает, что его несправедливо обвиняют, руководствуясь нелогичными, устаревшими правилами. Опытному и уверенному в себе взрослому легко осудить запутавшегося ребенка. Однако это вынуждает мальчика отстраняться от тех, кто мог бы в первую очередь проявить понимание и оказать поддержку, и в итоге его жизнь целиком оказывается в руках сверстников.

Если вы переживаете за мальчика, начавшего общаться с компанией, вам поможет следующий набор действий:

Уровень 1

Если вы заметили, что сын стал отстраненным и у него появились тайны, первым делом ответьте на следующий вопрос: вы волнуетесь потому, что разочарованы, не одобряете происходящее или, быть может, даже испытываете возмущение? Как только вы разберетесь в причинах переживаний и убедитесь, что любите ребенка и сочувствуете ему, составьте список его сильных сторон, напомните себе, каков он на самом деле. Именно до такого мальчика вам предстоит достучаться. Этот список также поможет быть убедительным и изменить мнение ребенка о том, как его видят взрослые. Если вы хотите помочь своему сыну, подопечному или ученику, нужно открыто и вдумчиво убедить его в том, насколько он хороший; это почти всегда работает, особенно с мальчиками, которых ранее критиковали.

Не нужно спешить, ведь задача взрослого — восстановить связь с ребенком, а не просто исправить или пресечь его неверное поведение; ваш сын исправится сам, если у вас получится найти с ним общий язык. Вероятно, вам не удастся сразу побороть

недоверие мальчика: он может подумать, будто вы пытаетесь обманом изменить его поведение, особенно если между вами успела образоваться стена. «Особое время» и умение слушать непременно облегчат родителям восстановление отношений с ребенком. Если вы сосредоточите свое внимание на сыне, будете внимательно слушать его и следить за реакцией, то вы получите много ценных сведений, чтобы поддерживать его и дальше.

На этом уровне вам не придется особенно переживать и срочно решать какие-то проблемы. Самое важное — восстановить отношения с ребенком.

Уровень 2

Предположим, вы сумели наладить контакт и ваши отношения крепнут; теперь пора открыто поговорить с сыном о тех проблемах, которые вы заметили: «Кажется, тебе сложно быть собой рядом с друзьями». Наблюдения не следует подавать как обвинение или критику — тогда мальчик начнет оправдываться и отдаляться от вас; необходимо проявить сочувствие и понимание. Если вы параллельно поделитесь личными историями схожего плана, это поможет преодолеть барьер и ребенок начнет воспринимать вас как равного. В жизнь ребенка эффективнее всего вмешиваться, проявляя при этом заинтересованность, уважение и заботу — особенно если мальчик уже ощущает стыд и беспомощность.

Когда вмешательство результативно и позволяет выявить проблему, родителям, учителям и тренерам необходимо сделать важный выбор — а именно решить, требует ли сложившаяся ситуация действий, подразумевающих смену обстановки (например, перевод в другую школу, команду или встречу со специалистом). Если обстоятельства явно сильнее мальчика, лишь родители могут целиком изменить условия его жизни, тем самым позволив ему сохранить свое достоинство. Однако если мальчику лишь кажется, будто он никак не может вписаться в компанию, и он отрекается от действительно важного для его развития, взрослый должен вдохновить его на продолжение борьбы и помочь подойти к ситуации как-то иначе.

В обоих случаях мальчик уже встал на путь исправления, поскольку открыто поделился своими проблемами. И вновь не стоит ждать немедленных перемен — лишь от ребенка зависит, когда они произойдут. Он может то и дело обращаться к вам, чтобы поделиться успехами или получить новые указания, а также услышать слова поддержки, однако он не должен воспринимать вас как надзирателя, перед которым обязан отчитываться. Если все складывается лучше некуда, цель

родителей — в том, чтобы пробудить в ребенке желание меняться ради себя, а не ради мамы с папой.

Уровень 3

Для некоторых мальчиков компания значит очень много. Главное условие каждой тусовки — преданность друг другу, подкрепляемая чем-то, не позволяющим просто так уйти: будь то понимание, заинтересованность или страх. Если отношения мальчика с людьми вне компании не настолько крепки, в трудную минуту он в первую очередь будет рассчитывать на товарищей. Ему кажется, его друзья незаменимы. Отдалившись от взрослых, мальчик станет зависимым от компании и будет отчаянно держаться за нее. Часто такие дети уже имеют опыт потери или отдаления от близких, что лишь усиливает их страх потерять тех немногих, кто у них есть.

В отчаянии, дети с головой ныряют в омут тусовочных норм. Паренькам не хватает нравственных ориентиров и заботливой поддержки близких взрослых, а потому они легко обманываются групповым мышлением и проникаются атмосферой «Зверинца». Алкоголь и вещества, «расширяющие сознание», все лишь усугубляют. Пьянки устраиваются ради пьянок и ухудшают положение мальчиков, чьи нравственные ориентиры и без того шатки.

Вслед за парадоксом «лошади и телеги»[15] психологи спрашивают: как мальчик научится владеть собой, если он никогда не участвовал в отношениях, которые его этому бы научили? И, что важнее, на каком этапе можно сказать, что мальчик ведет себя «бессовестно»? К счастью, нейробиологи уверены (и последние наблюдения реакции мозга на новый опыт в отношениях это подтверждают), с любым мальчиком можно найти общий язык. На каждую историю о «безнадежном» ребенке есть история о похожем мальчике, чью жизнь получилось изменить. Эти истории почти всегда отличаются лишь тем, вмешался ли в жизнь парня взрослый и помог ли он ему справиться с растерянностью и одиночеством. И хотя ранний опыт оставляет неизгладимый след в жизни мальчика, личность умеет подстраивается под разные обстоятельства.

Именно «подстройкой» должны заняться родители и учителя, стремящиеся завоевать сердце мальчика, потерявшегося в тусовке. Родителям, пытающимся достучаться до сына, придется не только бороться с его желанием потакать друзьям и вредным привычкам, но и преодолевать менее очевидные барьеры. В своей практике я часто встречаю мальчиков, принимающихся юлить, едва мои попытки наладить с ними связь пробуждают недоверие,

связанное с тяжелым разочарованием в прошлом. Я научился быть терпеливым, не искать легких путей и не сдаваться. В конце концов, мальчики так устроены: они скорее позволят пробиться к своему сердцу напролом, чем продолжат изображать равнодушие. Если кто-то проявляет искреннюю заинтересованность — при этом ни в чем не обвиняя и ни на чем не настаивая, — этому невозможно противиться.

Если мальчик слишком сильно запутался в себе и избегает контакта, ему поможет ограничение выбора. Например, надежный способ снизить излишнее стремление мальчика к независимости — определить конкретное время, которое он должен проводить с семьей. Скажем, мама может появиться у двери его спальни, тем самым требуя соблюсти традицию. И пусть ради этого придется просидеть под дверью все положенное время — подросток не сможет вечно притворяться равнодушным и проверять родителей на прочность. Матери и отцы могут воспользоваться молчанием и объяснить мальчику, что всего лишь желают наладить с ним связь, узнать его получше и сожалеют о пропасти, возникшей между ними. «Для меня важнее всего провести с тобой время, и я останусь рядом, несмотря ни на что. Тебе не надо притворяться и угождать мне. Ты мне нужен таким, какой ты есть». Если ребенок не слишком сильно доверяет родителям, последние должны доказать желание любой ценой восстановить отношения. Вы можете подступиться к ребенку с физической стороны. Например, если мальчик съеживается, пытаясь отстраниться, чуть приблизьтесь к нему — не нарушая личного пространства, но и не принимая его жестких границ. Попробуйте вместе потренировать растяжку, в шутку подраться подушками. Отказ ребенка обиден, однако я постоянно говорю родителям: чем вы нерешительнее, тем меньше сын вам доверяет.

И хотя у мальчика нет возможности *отказаться* от совместного времяпрепровождения, он все равно должен выбирать, *как* вы будете проводить время. Чтобы ребенок это осознал, соглашайтесь на любые его условия. Начать можно с малого: просто молча посидеть рядом или принять участие в на первый взгляд бессмысленных затеях. Я все время предупреждаю родителей: прежде чем открыться взрослому, ребенок долго проверяет его. Узнав о каком-то увлечении сына, вы выражаете желание посвятить ему свое время и внимание. Вы можете ясно очертить свою позицию — «Я всего лишь желаю пообщаться с тобой», — чтобы мальчик перестал ждать от вас подвоха.

Подспорьем в завоевании мальчишеского сердца также станут упорство и заинтересованность. Используйте все доступные родителям уловки: будьте терпеливыми и уверенными в себе,

идите навстречу мальчику и не принимайте его протесты близко к сердцу. Важно одергивать себя, если возникает желание снять ответственность и поддаться разочарованию. Каждый раз, когда вы хотите осудить отношение или поведение мальчика, вспомните, насколько он на самом деле хороший и добрый. Успех в отношениях с ребенком точно стоит ваших усилий.

Глава 6
Любовь, секс и привязанность

Молодые люди ждут не дождутся начала романтических и сексуальных отношений. И на самом деле, в нашу эпоху сексуализации они начинают ждать этого еще до того, как войдут в период полового созревания. Мальчики следят за тем, как изменяется их тело, учатся развивать романтические чувства в полноценную симпатию, а также формировать и поддерживать близкие отношения — это целиком захватывает их внимание. И хотя они готовы к тому, чтобы познать физическую близость, им мешают традиционные представления, неизменно влияющие на сексуальное развитие и умение общаться. Только поступив в школу, мальчики уже проигрывают девочкам по уровню развития важных некогнитивных навыков, а когда возникает желание близости, они вновь в проигрыше: сказывается нехватка опыта в поддержании близких уз и сильной привязанности как таковых.

К счастью, родители и другие взрослые способны помочь мальчикам разобраться с этими проблемами, невзирая на расхожее мнение, будто подростки всеми силами скрывают от родителей интимную сторону своей жизни. Мальчик переживает самый яркий эмоциональный опыт, когда влюбляется, и желание поделиться этим сильным чувством с кем-то понимающим вполне естественно. Даже если родитель или наставник всего лишь выслушает мальчика — это поможет ему разобраться в непростой для него ситуации. Кроме того, личный пример родителей и то, как они поддерживают близкие отношения со своим сыном, влияют на его способность преодолевать препятствия на пути к здоровой, зрелой сексуальной жизни.

Родители, основываясь на своем опыте, могут и не подозревать о новых угрозах, с которыми сталкиваются современные мальчики. Традиционное давление со стороны сверстников и строгие нормы мужественности лишь усиливаются из-за социальных сетей, доступной в интернете порнографии и культуры свиданий, полной мифов о гендерных различиях. Помимо технических нововведений, такие неожиданные явления, как движение #МеТоо[16] или новые правила, нацеленные против сексуальных домогательств в общежитиях колледжей, также играют роль, переворачивая с ног на голову традиционные представления о романтике, — и тем важнее помочь мальчикам понять, как им вести себя в любви, сексе и привязанности. Оглянувшись вокруг, мальчик может получить активную

поддержку взрослого человека, верящего в его доброту и честно предупреждающего о проблемах, вызванных представлениями о мужчинах и новой культурой свиданий.

Более широкая картина

Распространенный стереотип о мужчине-хищнике, из которого растет популярная культура и взаимоотношения между сверстниками, влияет на то, как мальчик воспринимает себя. Например, он часто впервые знакомится с порнографией благодаря друзьям. И неважно, насколько поначалу чуждыми или отвратительными ему кажутся изображения, размещенные на сайте, компания товарищей даст четко понять, как именно он *должен* на них реагировать.

Не успевает мальчик появиться на свет, как родители уже отдаляются от него, боясь, согласно культурным заветам, воспитать его неженкой. Это лишает их возможности наладить общение с сыном, сформировать с ним близкие отношения и добиться его привязанности. Едва узнав, что у них будет мальчик, родители относятся к нему иначе, нежели к девочке, хотя он еще даже не появился на свет. Психологи Рональд Левант, бывший председатель Американской психологической ассоциации, и Уиздом Пауэлл из Университета Северной Каролины используют такие слова, как «травма» и «отречение», когда говорят о мальчиках, почти или вовсе не испытывавших привязанности до того, как стать независимыми[1]. В самые важные для развития годы мальчику отказывают в нужных ему прикосновениях, близости, любви и привязанности. И когда он, став юношей, обретет возможность ходить на свидания и познавать сексуальный контакт, ему будет безумно не хватать опыта близких отношений.

Кажется, будто все мальчики должны жить сексуальной жизнью по одному и тому же сценарию и все вокруг готовит их к исполнению данной роли. Мы знаем, мальчик мальчику рознь, однако сексуальные и романтические желания часто омрачаются распространенным представлением о мальчиках как о «рабах своих гормонов». В моей практике мне встретился отец девочки-подростка, который, высказавшись по поводу того, что его дочь начала встречаться с мальчиками, сумел выразить чувства, знакомые многим родителям: «Я очень встревожен. Я помню, в подростковом возрасте был одержим девчонками. Мне нужно защищать ее от мальчишек, у которых лишь одно на уме».

К этим стереотипам прибавляется и нежелание взрослых

обсуждать проблемы любви и секса с подростками. Согласно социологу Эми Шале из Университета штата Массачусетс, «американское общество испытывает неловкость, обсуждая не только подростковый секс, но и подростковую любовь»[2]. И родители не единственные, кто держится подальше от романтических отношений сыновей. Лишь немногим мальчикам удается найти хотя бы *одного* ответственного взрослого, способного обсудить с ним любые вопросы и мысли.

Всеобщее умолчание приводит к тому, что мы осуждаем всех мальчиков, основываясь лишь на вопиющих действиях немногих из них. Как много мы знаем фильмов о «братанах», рисующихся друг перед другом, являющих живое воплощение стереотипов о мальчишках, которые «такие мальчишки»? Как много мы видим рекламы, показывающей мужчин азартными ловкачами, что влияет на целые поколения неуверенных в себе и неопытных мальчиков? Например, один чуткий, вдумчивый и беспокойный молодой человек недавно рассказал мне о своем первом сексуальном опыте. Тревис пояснил: его девушка, сама насмотревшись порнографии, попросила его быть пожестче и он посчитал себя обязанным удовлетворить ее желание. Его собственный опыт ограничивался той же порнографией и рассказами сверстников. Я спросил Тревиса, чего он сам хотел в ту минуту, — он не знал. Проблема в том, что в современном мире, не обретая нужных знаний и позволяя культуре решать все за нас, мы живем совершенно не так, как могли бы.

Стремясь избежать стереотипных претензий, многие мальчики предпочитают скрывать свои мысли по поводу любви, секса и привязанности. Но как добавляет доктор Шале: «Американским мальчикам в итоге приходится расплачиваться за то, что культура не поддерживает их жажду близких отношений»[3]. Решая фундаментально важную задачу на пути к взрослой жизни в одиночку, мальчик может растеряться. На него повсюду давят, вынуждая действовать, заставляют быть стойким и скрывать свою неуверенность и одиночество; все это подкрепляется культурными нормами, представляющиими мальчиков в совершенно невыгодном свете. Выбирая между стереотипом озабоченного хищника и собственными желаниями, мальчик проиграет в любом случае. Основная потребность мальчиков настолько перегружена культурным багажом, что многим просто не удается взглянуть на ситуацию здраво.

Одинокий онлайн-охотник

Обычно мальчики начинают сексуальную жизнь в возрасте от двенадцати до четырнадцати лет, в период полового созревания, хотя некоторые могут экспериментировать и до этого. Когда тела мальчиков меняются и просыпаются сексуальные чувства, большинство начинает мастурбировать. К тринадцати годам почти 50 % мальчиков хотя бы раз эякулировали в результате мастурбации; к четырнадцати годам количество процентов увеличивается до 75, а к пятнадцати годам показатель близится к сотне. Если рассматривать частотность, большинство подростков мастурбируют раз в день, некоторые — по два раза. Среднестатистический мужчина успевает заняться мастурбацией около двух тысяч раз, прежде чем переспит с партнером[4].

В нашу эпоху цифровых технологий с начала полового созревания и до полной зрелости — к двадцати одному году — буквально каждый подросток добирается до порнографических сайтов. Учитывая молчание общественности касательно вопросов секса, мальчики могут узнать о нем больше только с помощью порнографии. Когда они попадают на порносайты, в их распоряжении оказываются непристойные изображения и видео, стимулирующие аутоэротическое поведение. Порнография становится его причиной и следствием. Продвигая сексуальность без привязки к чувствам, порноиндустрия заманивает одиноких и любопытных мальчиков; однажды посмотрев порно, многие из них становятся зависимыми. Стыд, смущение и одержимость осложняют совершенно естественную сторону развития — и превращают ее в сугубо личное дело.

Отгораживаясь таким образом от общества, мальчики иногда попадают в неловкие ситуации. Например, ТиДжея, семиклассника из школы для мальчиков, учительница испанского застукала мастурбирующим под партой. Когда ТиДжея направили ко мне, он уже успел получить несколько выговоров — от учительницы (бывшей монахини), декана, директора школы и родителей — и вел себя как обычный запуганный и пристыженный мальчик. ТиДжей не желал разговаривать о произошедшем, уверенный, что я ни за что не поверю в те мысли и чувства, которые направляли его поведение.

Я решил рассказать ему кое-что. И поведал ТиДжею о мальчиках, которые оказывались в такой же ситуации. Я объяснил: растерянность, которую мальчики испытывают в период полового созревания, совершенно нормальна и все, в принципе, будет хорошо, если он сможет поделиться с кем-то — например, со мной — своими чувствами. Только поговорив с кем-то, он обретет власть над теми порывами, которые привели его к неприятной ситуации.

Немного расслабившись, ТиДжей признался: в последнее время он столь сильно увлекся порнографией, что даже испытал облегчение, когда его наконец-то застукали. Он надеялся, это поможет ему остановиться. Постепенно он рассказал о своих чувствах и о том, как в его большой семье трудно добиться достаточного внимания со стороны родственников. Собирая картинку по кусочкам, ТиДжей лучше разобрался в причинах произошедшего. Когда через несколько месяцев я увидел, как он бегает с друзьями во дворе, его веселый смех убедил меня: все вернулось в прежнее русло.

Главное во взаимодействии с мальчиком, который запутался в собственной сексуальности, — это пересечь барьер отчужденности и убедить мальчика в том, что его чувства вызваны совершенно здоровыми и естественными порывами. ТиДжей сумел выбраться из ямы, которую вырыл себе сам, просто рассказав мне о произошедшем, осознав, насколько он запутался, и начав двигаться в новом направлении. Однако мальчики, пытающиеся быть искренними, неизбежно попадают под влияние маркетинга, навязывающего выгодные для продаж образы.

Нейробиологи предполагают, что увлекающиеся порнографией люди могут стать «зависимыми от возбуждения» и их мозг «пропитывается порнографией», из-за чего зависимые ассоциируют секс с самоудовлетворением и интенсивной стимуляцией. Половина юношей старшего подросткового возраста несколько раз в неделю мастурбируют параллельно с просмотром порнографии; 15 % молодых людей делают это каждый день. Обезличенность процесса и отсутствие в нем любви и отношений — это одна проблема. Другая — в том, как это влияет на узы в реальной жизни: мальчики, которые чаще смотрят порнографию, чаще вызывают в воображении порнографические образы, чтобы возбудиться во время сексуального взаимодействия. Филип Зимбардо, психолог и профессор из Стэнфордского университета, недавно рассказал: «В ходе нашего исследования многие молодые люди признались: порно исказило их представление о сексе и близости и им сложно испытывать возбуждение по отношению к реальному партнеру»[5]. Еще тревожнее, что порнография никак не подготавливает мальчиков к новой эпохе осознанного согласия. Недавние изменения в юридическом определении такого понятия, как добровольное согласие на половые сношения, коснувшиеся общежитий по всей Америке, лишь усложнили сексуальную жизнь юношей. В колледжах и университетах Калифорнии, например, новый закон определил в качестве стандарта «четкое, сознательное и добровольное» согласие. В своем эссе «Hooking Up

at an Affirmative-Consent Campus? It's Complicated», опубликованном в журнале «The New York Times Magazine», писательница Эмили Базелон замечает: и ученики старших школ, и студенты колледжей боятся, как сообщил ей один студент экономического факультета Йельского университета, «случайно нарушить правила согласия». Но когда отношение и ожидания мальчиков формируются через женоненавистнические порнографические видео, где женщины — это секс-игрушки, где присутствует доминирование, эксплуатация и даже принуждение, у них развивается склонность к подобного рода нарушениям.

История еще одного мальчика показывает, к каким ужасным последствиям может привести изоляция, сопряженная со страхом и стыдом. Стэн был отличником, тихим и застенчивым, хотя прекрасно играл в баскетбол и любил проводить выходные с товарищами по команде. Однажды утром, незадолго до рассвета, его семью разбудил стук и непрекращающиеся звонки в дверь. Когда отчим вышел, чтобы узнать, в чем дело, в дом ворвался отряд агентов ФБР и полиции с ордером на обыск. Они объяснили: кто-то в этом доме скачивает и распространяет детскую порнографию. Перебудив соседей автомобильными сиренами, ударный отряд обыскал дом и конфисковал все компьютеры и мобильные устройства. Оказалось, Стэн заходил на файлообменники, отслеживаемые ФБР, чтобы получить доступ к порнографическим изображениям, и это грозило большими неприятностями. Хуже всего — он скачивал фото мальчиков своего возраста. О попытках Сэма разобраться в своей сексуальной ориентации теперь было известно как родителям, так и окружающим.

Когда я познакомился со Стэном, работники прокуратуры уже назначили ему испытательный срок, в конце которого юноша должен был подтвердить, что не представляет опасности для общества. В течение наших консультаций Сэм пытался разобраться в своих предпочтениях и крайне ограниченном сексуальном опыте. В конце концов он определил себя как гея и сумел признаться в этом родителям. До того, как к ним в дом ворвались спецслужбы, он все сильнее и сильнее отдалялся от семьи — в первую очередь потому, что начал осознавать сексуальную ориентацию, — и все больше замыкался в себе. Отгородившись от родственников и друзей, он начал думать, будто с ним что-то не так и этот мир ни за что не примет его. Лишь то ужасное вторжение и поддержка родителей помогли юноше понять: все не так уж и плохо.

Опыт Стэна, совсем как опыт ТиДжея, показывает, насколько сильно одиночество и тяготы естественного развития могут

исказить мысли мальчиков. Обоим было проще разобраться в своих сексуальных предпочтениях с помощью порнографии в интернете, чем реальных отношений со сверстниками; оставаясь наедине с собой в спальне, они лишь сильнее отрывались от действительности. И забыли о здравом смысле. ТиДжей действительно поверил, будто мастурбировать в общественном месте нормально.

История Стэна сложнее, поскольку она включает в себя, по определению психолога Майкла Садовски, подавление гомосексуальной и иной нетрадиционной ориентации, которая часто приводит к рискованному поведению. Хотя политики активно высказываются в защиту сексуальных меньшинств, принадлежащие к ЛГБТ сообществу юноши все еще становятся изгоями в школах и обществе. Они «знают — в очень глубоком и личном смысле, — как звучит и что значит настоящее молчание»[6]. Юные геи намного чаще принимают наркотики и впадают в депрессию, чем их гетеросексуальные сверстники; они в четыре раза чаще совершают самоубийство. Стэну казалось, он не может раскрыть свое сердце перед товарищами; он боялся реакции родителей и, отстранившись, начал самостоятельно изучать свою сексуальность — ощущая непреодолимую тягу к этому, растерянность и стыд. Единственным утешением для него стали найденные им сайты с порнографией, где эксплуатация молодых людей казалась чем-то обыденным, — до тех пор, пока ФБР не разрушило эту иллюзию.

И хотя молодые люди с гомосексуальной ориентацией до сих пор могут быть изгоями в обществе, границы сексуальной ориентации теперь становятся менее четкими. Проведя исследование, психолог Ритч Савин-Уильямс из Корнеллского университета обнаружил: большинство мужчин называют себя гетеросексуалами, «скорее гетеросексуалов» больше, чем геев и бисексуалов, вместе взятых. Однако опросы показывают: лишь 6 % подростков испытывают влечение «в основном к противоположному полу» — и почти миллион молодых людей признает, что их в той или иной мере привлекают и представители своего пола. Миллениалы и поколение Z намного лучше, чем их предшественники, осознают: виды сексуальной ориентации следует представлять в виде не четких категорий, а шкалы. Участники опроса, включавшего пункт «Какое описание сути сексуальной ориентации из нижеперечисленных ближе остальных к вашему восприятию?», в большинстве своем выбирали ответ: «Виды сексуальной ориентации должны быть представлены в виде шкалы — чтобы можно было выбрать свое положение где-то между двумя крайностями»[7].

Но, несмотря на то что времена меняются, многие материалы, нацеленные на юношей, такие как продукты порноиндустрии, до сих пор пропагандируют стереотипные, порой доведенные до абсурда образы мужской сексуальности. Порнография в интернете часто содержит уничижительные и жестокие образы, враждебные женщинам. Эти образы влияют на способность мальчика здраво воспринимать своих сверстниц. Согласно эксперту Россу Даутату из газеты «The New York Times», в эпоху #МеТоо порнография делает наше представление о молодых людях еще более противоречивым: «Юноши, внезапно обретшие полномочия и обиженные, злые и импульсивные, „прозревшие“ и грубые, формируют свое представление под влиянием фантастических возможностей для удовлетворения сексуальных потребностей — и разочаровываются, ведь настоящие женщины не такие доступные и с ними сложнее, чем с актрисами на экране»[8].

В качестве примера таких «разочарованных» можно привести представителей группы «инцелов», вызвавших широкий резонанс: молодые люди, страдающие от «невольного воздержания»[17], обвиняют женщин и феминизм в своем плачевном состоянии. Согласно данным Центров по контролю и профилактике заболеваний США, 27 % юношей в возрасте от пятнадцати до двадцати четырех лет испытывают невольное воздержание[9]. Один исследователь в 2012 году оценил количество таких молодых людей в 4,7 миллиона. Именно они и привлекли внимание общественности, не только в пределах США, но и за рубежом, совершив серию массовых убийств[18], обусловленных злостью и одиночеством, которые испытывали из-за равнодушных к ним женщин.

Существует огромное количество научных доказательств того, что ненависть к женщинам и агрессивное сексуальное поведение связаны между собой. Группа исследователей из Международного центра исследований по положению женщин, а также организации «Promundo-US» (штаб-квартиры которых расположены в Вашингтоне) с 2008 по 2010 год проводила опрос молодых людей по всему миру. В отчете о результатах были перечислены факторы, влияющие на склонность к сексуальному насилию, включая «мужское сексуальное превосходство», которое доктор Леана Аллен Буффар из Университета штата Айова определяет как «мнение, будто мужские нужды и желания — выше женских»[10]. Проведя исследование, посвященное стереотипам о мужчинах, ученые из организации «Promundo» обнаружили: примерно один из трех молодых людей хотя бы один раз за последние месяцы позволял себе вульгарные

высказывания сексуального характера в сторону девушки или женщины. К домогательствам больше всего склонны те, кто убежден в истинности «пагубных норм мужественности»; мужчины, верные этому идеалу, в десять раз чаще домогаются женщин[11].

И, конечно, большая часть порнографии строится именно на подобных взглядах, потворствуя и без того сосредоточенным на себе мальчикам. Средства массовой информации, нацеленные на широкую публику, следуют представлениям о правящих мужчиной неподвластными ему сексуальными нуждами, которые женщины должны удовлетворять.

История Шона показывает, чем это может обернуться. Шон был талантливым афроамериканским мальчиком из Филадельфии, посещал среднюю школу недалеко от своего дома и, не прилагая особых усилий, занимал там позицию лидера; он был отличником и выдающимся футболистом; родители берегли его как зеницу ока. И мать, и отец происходили из скромных семей и в свое время окончили городскую общеобразовательную школу, где было много детей, мало ресурсов и огромное количество рисков. Они ухватились за предложенную главным тренером по футболу в одной частной старшей школе стипендию, хотя, поступив туда, их сын стал бы представителем расового и финансового меньшинства. В новой школе Шон быстро нашел друзей; его полюбили учителя, тренеры и одноклассники.

Однако новая школа требовала ежедневных длительных поездок; потеряв возможность полноценно общаться с друзьями по соседству, Шон оказался на обочине жизни: ему пока не удалось целиком влиться в общество одноклассников, а от старых товарищей он постепенно отдалялся. Мальчик много времени проводил один и все чаще искал общения в виртуальном мире социальных сетей. Он открыл для себя интернет-порнографию и обнаружил, что она странным образом его завораживает. Его мнение о девушках и сексе формировалось под влиянием комментариев и фотографий, которые они с друзьями отправляли друг другу через Snapchat, Facebook и Instagram. В школе другие мальчики из футбольной команды часто разговаривали о том, какие порносайты посетили и что уже успели опробовать на девушках.

Встречаясь с девушками по выходным, Шон воображал, как они делают подсмотренное им в порнороликах. И, преодолев сомнения, он настаивал на том, чтобы те вели себя как актрисы. Шон терял чувствительность — в физическом и духовном плане. Ему было нетрудно пригласить девушку на свидание, однако со временем он переставал думать хоть о чем-то, кроме

сексуального удовлетворения. Окруженный парнями, ведущими себя точно так же, он буквально забыл о значении любви и отдался наслаждению мимолетными интрижками и просмотром порнографии. Все остальное казалось бессмысленным и не вызывало у него никаких чувств.

В определенный момент Шон понял, что падает в пропасть. Он хорошо общался с одним из молодых тренеров по футболу, а потому обратился к нему с просьбой выслушать. Невзирая на смущение, он осознавал, что нуждается в помощи, но не желал делиться этим с родителями или учителями. Тренер поступил мудро: он успокоил Шона, уверив, что понимает и действительно трудно отвыкнуть от просмотра порнографии, и обратился за советом к школьному консультанту. Любящая семья и близкий друг в виде тренера стали надежной опорой для Шона, и юноша честно признался себе: он идет неверным путем.

Подросток надеялся вновь убедиться, что секс нужен не только для снятия напряжения. Когда такие мальчики, как Шон, отрывают чувства от секса и лишь удовлетворяют свои потребности, это не позволяет им осознать сексуальность как средство выражения привязанности и любви. И хотя согласно результатам исследований, мальчики, как и девочки, мечтают о романтических отношениях, слишком много юношей не справляется с давлением извне. Нормы, которые устанавливает группа сверстников, и распространенный вариант репрезентации мужчин в СМИ не дает мальчикам найти здравый пример для подражания.

Надежда на нечто большее

Кажется, все вокруг направлено против здорового сексуального развития мальчиков. До подросткового возраста они лишены физической близости; их пичкают стереотипами о том, что они — животные с бушующими гормонами, которые должны быть помешаны на сексе; они впервые узнают о сексе через порнографию, а товарищи, конкурируя с ними и друг с другом, учат их смотреть на девушек как на трофеи. Все это приводит к разделению секса и чувств, а тело как самого мальчика, так и его партнера воспринимается как бездушный предмет; романтики не остается, а сексуальная близость состоит лишь из возбуждения и удовлетворения. Кроме того, для мальчиков, склонных к зависимостям, секс становится одной из них.

Сомнительным плюсом сексуальной революции, начавшейся в 1960-х годах, стало возникновение культуры случайных связей.

Сексуальная свобода привела к использованию контрацепции, поздним бракам, а женщины и девушки сумели лучше изучить свою сексуальность. Согласно Кэтлин Богл из Университета Ла Саль, в то же время среднестатистический возраст полового созревания снизился и возник временной провал, в течение которого молодые люди физически могли заводить детей, однако еще не были готовы начать семейную жизнь[12]. Как итог, случайные связи — «кратковременные, ни к чему не обязывающие сексуальные контакты, которые происходят между людьми, не связанными романтическими или любовными отношениями», — стали нормой, заменив романтические отношения, позволявшие подросткам испытать сексуальную близость[13]. Перед поступлением в колледж около 60–80 % молодых людей уже имели случайные связи. Исследование, проведенное среди сексуально активных молодых людей в возрасте от двенадцати лет до двадцати одного года, показало, что 70 % за последний год хотя бы раз занимались сексом без обязательств — на вечеринке, дома, в машине и так далее[14].

Чтобы объяснить мужскую роль в подобных связях, социологи предложили биолого-социологическую теорию. Мужчины по природе «охотники» и часто ищут новых сексуальных партнеров. Их не так пугает возможность беременности или сексуального насилия, поэтому они не столь придирчивы, как женщины.

Однако образ неразборчивого мужчины, испытывающего отвращение к долговременным отношениям, как оказалось, преувеличен. Исследование доктора Джастина Гарсии из Института имени Кинси при Университете Индианы показало, что 63 % мужчин (и 83 % процента женщин) скорее предпочитают «традиционные романтические отношения, чем ни к чему не обязывающие сексуальные связи»[15]. По результатам еще одного исследования, почти половина мужчин надеются, что секс в итоге выльется в романтические отношения, и эти мужчины «пробовали обсудить возможность долгосрочных отношений со своими случайными партнерами»[16]. Несмотря на привычные представления, юноши не так уж и заинтересованы в сексе без обязательств. Как показывают исследования, 72 % мужчин — и 78 % женщин — сожалели о своем согласии на случайную сексуальную связь[17].

И тем не менее стереотип о мужчинах, боящихся обязательств, жив и по сей день. Чтобы понять, *какие* молодые люди чаще предпочитают однократные сексуальные встречи, Дженнифер Шукуски и Джоэль Уэйд провели невероятное исследование, сравнив отношения мальчиков и девочек с романтическими партнерами и их отношения с родителями.

Основной целью было понять, как мама и папа повлияли на сексуальное поведение своих детей. Ученые выдвинули гипотезу: если у юноши или девушки были не самые лучшие отношения с родителем противоположного пола, вероятность его или ее согласия на случайную сексуальную связь выше. Как оказалось, данная закономерность верна в первую очередь для мальчиков. Мальчики, почти не привязанные к матери, в дальнейшем избегают привязанности к другим женщинам. Шукуски и Уэйд заключили: «по качеству отношений с родителем противоположного пола можно было наиболее точно определить» вероятность их согласия на случайную связь[18].

И хотя логично, что мать может сильно повлиять на отношения ее сына с женщинами, многие мальчики, не говоря уже о матерях, этого не осознают. Например, у старшеклассника по имени Бретт был большой опыт общения с девушками. Высокий, спортивный, крутой, с мягкими светлыми волосами, уложенными совсем как у Джастина Бибера, — о таком парне мечтала любая девушка. Однако во время консультаций со сверстниками он признался, что не может определиться в отношениях со своей девушкой. В основном отношения состояли из сексуальных контактов; даже понимая, что необходимо делать шаги навстречу, юноша не решался ничего предпринять. Чем чаще он занимался с ней сексом, тем сильнее было его желание — и он круглосуточно думал о новой встрече. Бретт боялся рассказывать об этом своей девушке, поскольку опасался потерять ее, а ему совсем не хотелось разрывать отношения и начинать новые.

Я полюбопытствовал, может ли он попросить свою мать дать ему исчерпывающие и полезные рекомендации по поводу отношений с девушкой. Женщину, которая до этого упустила возможность наладить связь с сыном, обрадовала одна мысль о помощи Бретту в настолько личном вопросе. И хотя мальчик чувствовал неловкость, он с удивлением обнаружил: его мать на самом деле все понимает и способна направить его. Постепенно подросток научился контролировать свою потребность в сексе. Он наконец-то смог сказать своей девушке, что желает перейти на новый этап в отношениях, — и оказалось, что она хочет того же.

Если родственники, сотрудники школы и другие взрослые воспримут романтические нужды ребенка всерьез, они помогут ему избежать эксплуатационных отношений и бездушных сексуальных связей. Жажду искренней любви можно включить в список семейных ценностей. Если родитель не слишком настойчив и относится к проблемам сына серьезно, он поможет подростку осознать свои чувства к партнеру. Сексуальное

влечение юноши следует воспринимать как нечто естественное и здоровое. Ему всего лишь нужен кто-то, с кем он мог бы поговорить о своих чувствах.

Мифы и заблуждения

К сожалению, многим мальчикам приходится самостоятельно разбираться в запутанных мифах, распространяемых средствами массовой информации. Как писала исследовательская группа Джастина Гарсии из Института имени Кинси: «Сексуальное поведение, продвигаемое индустрией развлечений, гиперболизировано; оно доведено до крайности во имя сенсации и пробуждения потаенных интересов»[19]. Один из подобных мифов звучит так: «Это делают все». Но на самом деле сексуальная активность среди подростков снижается: группа ученых под руководством Джин Твендж провела масштабный опрос среди американских подростков общим числом 8,4 миллиона юношей и девушек в возрасте от тринадцати до девятнадцати лет и обнаружила большие изменения в показателях. Число подростков, признавших себя сексуально активными, снизилось с 54 % в 1991 году до 41 % в 2015 году. Твендж написала: «Восемнадцатилетние подростки сейчас больше походят на пятнадцатилетних подростков прошлого»[20].

Невзирая на культурные изменения, мифы о мужской гиперсексуальности до сих пор живы. Многим мальчикам кажется, они вынуждены подтверждать этот стереотип, а не выстраивать здоровые отношения. Такое явление, как секстинг — «обмен сообщениями сексуального характера между несовершеннолетними лицами», — показывает разницу между культурной мифологией и реальными желаниями мальчиков[21].

Согласно Центру исследований преступлений против детей в Университете Нью-Гэмпшира, распространенное мнение, будто популярность секстинга резко возросла, ошибочно. Несовершенные системы опросов, отсутствие четкой терминологии, а также трудности в сравнении результатов исследований позволили СМИ раздуть числа: согласно опросу, проведенному в рамках Национальной кампании по предотвращению подростковой и нежелательной беременности, секстингом занимаются 18 % мальчиков — и 22 % девочек[22]. Но в процессе исследования, проведенного организацией «Internet and American Life Project» под руководством авторитетного исследовательского центра Пью, лишь 4 % подростков отправляли кому-то свои фотографии и видео с сексуальным

подтекстом, а 15 % сами получали сообщения подобного плана[23]. И хотя показатели постоянно меняются — недавний масштабный анализ тридцати девяти исследований, проведенных между 2009 и 2016 годом, показал: 15 % подростков занимаются секстингом, причем дети старшего подросткового возраста делают это чаще, — ясно, что СМИ преувеличили число мальчиков, которые отправляют и получают сообщения сексуального характера. Для сравнения — 53 % взрослых людей практикуют секстинг[24].

И хотя подобными сообщениями обменивается лишь каждый седьмой подросток, 40 % учеников утверждают, будто их друзья этим занимаются, а 27 % говорят, они делают это «постоянно». Группа исследователей из Центра исследований преступлений против детей в Университете Нью-Гэмпшира пишет: «Хотя значительное количество подростков занимается секстингом, почти не существует научных подтверждений тому, что проблема так масштабна, какой ее представляют СМИ»[25].

Подобные преувеличения сказываются на сексуальном развитии мальчиков. Как только они остаются дома одни, им вспоминаются общественные представления о том, чем дети занимаются в одиночестве, и дети нередко поддаются худшим из этих представлений. Согласно недавнему отчету Ассоциации американских университетов о среде университетских общежитий, основанному на результатах опроса, проведенного компанией «Westat», не меньше трети студенток первого-второго курсов хотя бы раз подвергались сексуальному домогательству со стороны первокурсников или второкурсников[26]. По словам Пегги Оренстайн, автора множества книг о девочках, сексуальная агрессия стала настолько нормальным явлением, что «для многих девушек билетом во взрослую жизнь стала необходимость вытерпеть ту или иную долю мужской грубости… Всем приходилось разрабатывать стратегии, которые позволили бы избавиться от нежелательного партнера, при этом его не обидев — ведь для девушки крайне важно не задеть чувства и достоинство юноши, пусть юноша даже и не думает отвечать ей тем же»[27].

Очевидно, мальчики порой теряют самих себя, что уж говорить об их партнерах. Печальный исход обусловлен двумя заблуждениями: а) мужчины «имеют право» на секс и б) для мужчин нормально использовать женщин. Подобное отношение вызвано не только общением с компанией сверстников, но и детским опытом. В некоторых семьях мальчиков заранее готовят к взаимодействию с обществом, помешанным на гипермаскулинности. Родители неосознанно учат мальчиков отрекаться от всего женственного и даже ненавидеть женщин,

когда воспитывают их в строгости, чаще применяют физическое воздействие и высмеивают любые проявления эмоций или привязанности. Отец, унижая мать мальчика или управляя ею, становится неверным примером для подражания, из-за которого у мальчика складывается ложное представление об отношениях с женщинами. Слишком много мальчиков растут в семьях, в которых враждебное отношение к женщине и ее унижение — в порядке вещей, и это влияет на отношения, в которые мальчик будет вступать в свои подростковые и зрелые годы[28].

Но, невзирая на заголовки газет, лишь небольшое количество юношей заражено «вирусом сексуальной эксплуатации». Ничто — ни гормоны, ни условия воспитания, ни культура — не предполагает, будто мальчики должны проявлять сексуальную агрессию. Лишь 6 % студентов колледжа опускаются до домогательств. Как отметил социолог Майкл Киммел, условия в общежитии увеличивают вероятность проявления юношей сексуальной агрессии, а именно: юноша может найти повод (ощущение права на владение женщиной и пренебрежение к ней), возможность (мероприятия, подходящие для поиска сексуального партнера, — вечеринки однокурсников или совместный выезд за пределы общежития) и поддержку (закон молчания, принятый членами одной команды или братства; лазейки в университетских правилах), которые позволят ему совершить домогательство. На самом деле изыскания Майкла Киммела лишь подтверждают, что та подавляющая часть юношей, которая не меняется под влиянием новых условий, по сути своей добропорядочна[29].

Чтобы смягчить влияние пагубных норм мужественности на мальчика, взрослым следует набраться терпения и помочь ему испытать любовь и близость. От того, насколько хорошо мальчик понимает самого себя, зависит, хватит ли ему смелости противостоять уничижительным требованиям сверстников, и добросовестности, чтобы не поддаваться давлению стереотипов. Устойчивость возможно воспитать благодаря отношениям с другими людьми. Чтобы помочь молодому человеку рассказать о своих романтических чувствах, начать следует с самого простого. Несколько лет назад филадельфийские школы для мальчиков и для девочек объединились, чтобы организовать то, что ученики назвали «семинарами по половому просвещению». Нас с коллегой попросили вести эти семинары. Около сотни старшеклассников приходили к нам по утрам в воскресенье, и даже воздух пропитывался их волнением и трепетом. Мы начали первый семинар, попросив одного мальчика и одну девочку выступить перед аудиторией и поговорить на темы «Что значит быть мальчиком?» и «Что значит быть девочкой?».

Сначала я выбрал популярного мальчика, чтобы он вдохновил остальных своим примером. Когда Брэд сел перед остальными подростками, часть из которых он знал, а часть из которых видел впервые, меня поразило, насколько внимательно его слушала аудитория. Первым делом я задал ему, как мне казалось, простой вопрос: «Почему тебе нравится быть мальчиком?» Однако ему уже с самого начала было сложно подобрать ответ. Он бормотал себе под нос, краснел и даже взмок под взглядами присутствующих. И хотя на его неловкость и смущение было больно смотреть, остальные дети понимающе улыбались. В другой ситуации они бы корчили рожи и перешептывались, однако Брэд показал им: даже популярный мальчик может потерять дар речи и замкнуться в себе, если речь заходит о гендерных различиях.

Благодаря этим семинарам дети узнали много важного. Пережив нелегкий опыт, Брэд не сдался, а твердо решил научиться разговаривать с людьми начистоту. В течение дня и мальчики, и девочки следовали его примеру и находили удовольствие в возможности поговорить о себе. Мы поняли, детям нравится эта практика и сами они ни за что бы этим не занялись. Причина была проста: мальчики и девочки до смерти желают узнать больше друг о друге и вырваться за рамки стереотипного поведения на вечеринках и образов, продвигаемых СМИ. Дети были настолько заинтересованы, что семинары просуществовали несколько лет.

Новая парадигма

Поскольку жизнь мешает взрослеющим мальчикам вступать в близкие отношения, их неуверенность и неопытность проявляются при попытках выстроить романтическую связь. Группа исследователей из Университета Боулинг Грин в штате Огайо обнаружила: в противовес уверенным, властным образам мужчин, продвигаемым средствами массовой информации, мальчики ощущают себя значительно менее авторитетными и испытывают «„неловкость в общении“ с романтическим партнером»[30]. Поскольку более 80 % подростков до восемнадцати лет вступают в романтические отношения, взрослым стоит как можно раньше помогать мальчикам, желающим испытать романтическую привязанность. Следующая история показывает, что может произойти с мальчиком, если его романтический опыт проходит как надо.

Уилл был высок и силен, выглядел почти как профессиональный полузащитник. Уже в средней школе тренеры

отмечали его выдающийся спортивный талант; отец, сам когда-то спортивная звезда колледжа, поддерживал сына в его достижениях. Но когда отец Уилла умер от сердечного приступа, мир подростка перевернулся. Мать впала в депрессию, а Уилл больше не мог играть в футбол. Мальчика подкосило, настолько пустой стала его жизнь: отца больше не было, а мать постоянно пребывала в унынии и замкнулась в себе. Уилл с трудом переживал день за днем, пока не закончились последние силы. В итоге его тело отказалось двигаться — он не встал с постели и не сумел пойти в школу. Уилл взял больничный на целый год и продолжал обучение в альтернативной школе, попутно решая, как ему жить дальше.

Он встретил Энни на вечеринке. Его привлекла доброта девушки и тронуло то, насколько она заинтересовалась юношей. Им нравилось разговаривать друг с другом при встрече, а в остальное время они активно переписывались. Энни, узнав об отце Уилла, выразила обеспокоенность, позволив юноше поделиться с ней тяжелыми эмоциями. Уилл понял: перед этой девушкой ему не нужно притворяться, с ней он мог поделиться своим горем. А Энни не просто желала знать, как его дела, она желала знать о его горе и невыносимой грусти. Она смогла понять и принять его. Сначала они переписывались, потом начали звонить друг другу по вечерам, и Уилл все сильнее привязывался к Энни. Сделав домашнее задание, они часами общались друг с другом.

Я встретил Уилла, когда он возвратился в прежнюю школу и присоединился к консультациям среди сверстников; там он поделился своим трехлетним опытом отношений с Энни. Он не боялся громких слов, когда говорил о том, что она сделала для него: она спасла ему жизнь. Ее поддержка и забота помогли парню пережить самые тяжелые дни в жизни. Когда он рассказывал об Энни, мы совершенно ясно видели, как он привязан к девушке и насколько благодарен ей. По его признанию, они уже стали сексуальными партнерами, однако на первом месте в их отношениях стояла искренняя забота друг о друге. Уилл любил Энни, а она в ответ поддерживала его своей любовью. Было отчетливо видно, насколько юноша уважает ее.

История Уилла не оставила никого равнодушным. Нежность, испытываемая им, то, как он дорожил своими отношениями, а также его открытое признание в любви к девушке задело за живое каждого из присутствующих. Кто-то позавидовал, кто-то понял. Но все знали: Уиллу очень повезло. Отношения с Энни помогли ему оправиться от потери и придали его жизни новый смысл. История Уилла особенно трогала, ведь он рассказывал ее с

искренним уважением и не боялся показаться слабым. Такой крупный парень, воплощение мужественности, говоря об Энни, не стеснялся признаться, что их отношения построены на эмоциональном равенстве. Лишь некоторые высказывания Уилла были основаны на «мужском» желании защитить партнера — представительницу «слабого пола». То, что исследователи Питер Глик и Сьюзан Фиске назвали «добродетельным сексизмом» — он тесно связан с более враждебной формой сексизма, обычно проявляющейся тогда, когда женщина не желает подчиняться традиционным представлениям о своей гендерной роли, — не исказило отношение Уилла к партнеру[31]. Пример Уилла подчеркивает, насколько для юноши полезно воспринимать своего партнера как равного себе.

И хотя эта история — исключительный случай подростковой привязанности, можно сделать более общие выводы на основе реакции одноклассников Уилла: если дело касается преданности, мальчики и девочки равны друг перед другом. Совсем как истина о мальчиках и сексе сильно отличается от распространенного мнения, существует большой разрыв между сложившимися представлениями о мальчиках и тем, как они на самом деле ведут себя в романтических отношениях. Уилл испытал то же, что и многие другие мальчики, хотя некоторым из них было намного тяжелее претворить свои желания в жизнь.

Когда мальчик сильно привязан к родителям, он будет намного осознаннее и увереннее в поисках партнера. Например, Грегори в основном воспитывала мать, с которой у него сложились близкие отношения; отец развелся с его матерью ради любовницы, переехал в другой штат и редко выходил на связь. И хотя Грегу порой не хватало отца, он всегда мог рассчитывать на поддержку матери. Их средний достаток ограничивался зарплатой учителя в приходской школе, однако они могли позволить себе комфортную, пусть и не роскошную жизнь. Грег очень ценил простые отношения с матерью, основанные на взаимопомощи; заботясь о ней, он рано обучился полезным навыкам и не забывал благодарить ее за старания и любовь, в то время как женщина продолжала близко общаться с ним даже в подростковом возрасте. Грег мог поговорить с матерью обо всем происходившим с ним, даже когда он впервые нашел себе подружку.

Влюбляясь все сильнее, он все сильнее сближался с девушкой: они обнимали друг друга, целовались, держались за руки и наконец перешли к интимным прикосновениям. Грег не смущался, лежа вместе со своей девушкой на диване в гостиной перед телевизором, в то время как его мать сидела в кресле

неподалеку. Во время консультации, на которой ее сын не присутствовал, женщина объяснила: даже испытывая неловкость, она понимает: его беззастенчивое поведение указывает на здоровое отношение к собственной сексуальности. Мать гордилась тем, что сын не скрывал ни своей любви, ни желания близости. И радовалась, когда девушка стала приходить к ним домой. Любовь была для Грега естественной, и мать убедилась: невзирая на собственный неудачный брак, она научила сына доверять свое сердце.

Оглушенные шокирующими стереотипами о мальчиках, мы редко слышим истории, похожие на историю Грега — в которых присутствовала бы настолько непринужденная естественность в поведении. А таких родителей, как мать Грега, в мире еще меньше, чем подобного рода историй. Однако вопросы сексуальности играют решающую роль в счастье мальчиков. Если молодой человек вступает в романтические отношения и при этом его связывают крепкие, открытые узы с по меньшей мере одним взрослым — чья основная обязанность не направлять, а быть свидетелем, сопровождать и поддерживать, — то юноша, скорее всего, будет руководствоваться здравым смыслом в общении с партнером. Одна из обязанностей родителей и наставников — помогать мальчику бороться с мифами о мужественности.

Матери мальчиков сталкиваются с особенно сложными проблемами. Мама Грега верила, будто женщина не сумеет понять сексуальных желаний растущего мужчины. Лучшее, что она могла сделать, — это не мешать ему и молиться о том, чтобы он не лишился мужественности, потеряв голову и покой из-за любви. Да возьмут гормоны верх, ведь мальчишки такие мальчишки! Однако в эти стереотипные представления вкрадывались подозрения: уж слишком хорошо мать знала своего сына. К счастью, особые узы, которые окрепли тогда, когда отец покинул семью, позволили Грегу оправдать надежды матери.

Желая помочь мальчику разобраться в своей сексуальности, первым делом следует осторожно нарушить тишину, окружающую эту сторону его жизни. Если мальчик легко смущается или сопротивляется попыткам вмешаться, дать совет или решить что-то за него, родитель должен осознать: его роль изменилась. Теперь ему необязательно знать все о ребенке; важно *проявлять к нему интерес.* В течение всех суток, каждый день — за завтраком или по пути в школу, сидя вечером перед телевизором или желая сыну спокойной ночи — родители могут налаживать отношения, которые позволят детям усвоить ключевые ценности, необходимые для сексуального развития.

Если ребенок уже успел отдалиться от родителя, нельзя заводить разговор на столь деликатную тему сразу; прежде необходимо установить надежную связь. Забавно наблюдать за тем, как мальчик открывает свое сердце родителям, осознав их искреннюю заинтересованность и желание общаться и наслаждаться компанией сына. Мать трех сыновей как-то сказала мне, что нашла подход к своим мальчикам: вечером, после тяжелых тренировок, из-за которых на теле остаются синяки, и нелегкого дня в школе, она делает им массаж. Когда мальчики расслаблены и открыты общению, им намного проще делиться всем волнующим их. У этой матери есть правило: в дальнейшем ни в коем случае не вспоминать о рассказанном — ведь если мальчики захотят, она сами вновь поднимут нужную тему.

Как только мальчик осознает — или вспоминает, — насколько ценна возможность делиться проблемами с родителем или тренером, а также убеждается в том, что, открыв сердце, не получит в ответ назойливые рекомендации, критику или указания, он начинает говорить о личных переживаниях. Стоит помнить поговорку «не сломано — не чини», однако бдительный родитель способен заметить, на какую тему его ребенок еще не выговорился до конца. Как правило, подростки крайне расположены к родителям, стремящимся придать им уверенности, однако если позволить ребенку поделиться своими собственными мыслями, то он сможет самостоятельно разобраться в себе.

Чтобы направить мальчика, запутавшегося или потерявшегося в вопросах собственной сексуальности, следует уделять меньше внимания огрехам в его поведении и чаще слушать его — и тогда он исправит свое поведение сам.

• Если родитель первым делом наладит с ребенком хорошие отношения, тот сможет поговорить с ним о своей интимной жизни. Чтобы сделать первый шаг навстречу мальчику, расскажите ему о своем опыте, обсудите с ним последние новости или задайте какой-нибудь непринужденный вопрос. Если родители будут обсуждать с мальчиком слишком личные вопросы без его согласия, он воспротивится или скроет правду;

• когда по мальчику видно, что он готов поговорить о себе, нужно предпринять второй шаг — а именно осторожно коснуться интересующей родителей темы, ни в коем случая не читая нотаций и не осуждая ребенка. Важно не навязывать мальчику свое мнение, а научить его критически мыслить. Следующие вопросы облегчат ваше общение: «Тебе кто-то нравится?», «Ты чувствуешь себя по-другому, когда вы рядом?», «Как ты относишься к порнографии?»;

• многие родители переживают, что нарушат личное пространство ребенка. Однако нарушать личное пространство ребенка *необходимо*. Сын *нуждается* в родителях, даже если редко благодарит их за заботу. Конечно, вопросы не должны звучать как попытка осудить, пристыдить или удовлетворить праздное любопытство. Подросток даст отпор, если родители попытаются заставить угождать им;

• реакция мальчика может зависеть от места и времени. Родителям нужно радоваться, если жизнь ребенка полна событий. Выберите минуту, когда сын относительно спокоен, — тогда он сможет поделиться эмоциями и верно оценить их. Та мать, которая придумала делать сыновьям массаж, ожидала от них откровенности именно в эти моменты. Другие родители рассказывают, как поездки в школу и из нее, игры с мячом и видеоигры помогают мальчикам естественным образом расслабиться и разговориться;

• финальный шаг — выслушать ответ мальчика на вопрос или иное высказывание родителей. Если юноша оправдывается — значит, интонация или эмоция, с которой родитель задал вопрос, загнала его в угол. В таком случае напомните сыну, что верите в него, и убедите в искренних намерениях. Для мальчика главное — поделиться своими мыслями и интересами с тем, кто знает, что для него дорого и ценно. Родителям не нужно решать проблемы, даже когда им больно за сына; если поддаться соблазну, мальчик почувствует себя еще более беспомощным. Получив чужую поддержку и возможность выговориться, мальчик сможет активнее бороться с давлением сверстников и общества.

Когда родители и наставники понимают как свою роль, так и ее пределы, их сын и подопечный сумеет осознать, чего желает, и добиться своей цели. Например, как четырнадцатилетний Мишка. Он был из мальчиков, предпочитающих плыть по течению: хорошо учился, но не особенно старался; был одаренным спортсменом, но легко прогибался под чужим давлением; ему было важнее стать популярным, чем завести настоящих друзей. В общении с девушками он следовал навязанным товарищами правилам и считал их искренним проявлениям любви. Меняя девушек как перчатки, он едва ли привязывался хоть к одной из них.

Наконец пастор в местной церкви заметил поведение мальчика и решил поговорить с ним об этом. Во время воскресной встречи с паствой он отвел Мишку в сторону и произнес: «Ты такой добрый, интересный мальчик — и не даешь девочкам получше узнать тебя. Чего ты боишься?» Когда пастор

вспоминал эту историю, по нему было видно: он до сих пор тронут ответом Мишки. Глаза мальчика наполнились слезами, и он в конце концов признался: «Я не знаю, как им открыться». Расценив ответ юноши как призыв о помощи, пастор вежливо спросил у Мишки, почему тот утратил веру в себя. Мишка объяснил: он вообще не понимает, что ему делать со своей сексуальностью. Мальчик стыдился и смущался и тратил все силы на то, чтобы скрывать эти чувства за маской уверенности и честолюбия, играя в привязанность.

В конце концов пастор потратил несколько лет, чтобы научить юношу видеть в себе хорошее, доверять своему сердцу — а затем и своим родителям — и открыто изучать свои сексуальные предпочтения. Мишка нашел девушку, которую мог уважать и с которой был честен. Чем ближе они общались, тем сильнее Мишка привязывался к ней; так юноша поддался по-настоящему глубоким чувствам, в том числе и влечению. Прежде страх и неопытность мешали ему понять себя.

Если мальчик слишком сильно увлечен порнографией — это тревожный звонок для родителей и наставников. Вот только порой тяжело понять, увлечен мальчик или зависим, особенно если прежде родители не разговаривали с ним о сексе.

Родителям следует насторожиться, если у ребенка проявляются признаки зависимости: он уделяет меньше времени учебе и увлечениям; ведет себя отстраненно; подолгу сидит один в комнате, обычно — закрыв или заперев дверь; сердито или даже враждебно отзывается на попытки нарушить его личное пространство. В таком случае проблема уже не в том, как много времени он посвящает порнографии, а в том, что это пагубно влияет на его жизнь.

Если мать с отцом понимают необходимость срочных действий, следует найти смелость и вмешаться в жизнь сына — но не обвинять и не осуждать его. Мальчик поймет, что родители желают помочь ему с нелегкими проблемами подросткового возраста, если мама с папой позволят ему осознать одиночество, тоску и стеснение по поводу романтических предпочтений. Если мальчик видит перед собой понимающих и уверенных родителей, ему намного легче поделиться тревогами. После чего он сможет подойти к проблеме с другой стороны.

История Ари и его матери, Рут, показывает, какие трудности и возможности возникают на пути родителей, решившихся помочь сыну в его сексуальном развитии. Рут обратилась ко мне по срочному вопросу. Тайком проверяя телефон и компьютер сына, она обнаружила большое количество откровенных переписок с девушками из его школы, бесед с мальчиками, в

которых они грубыми словами описывали свои «достижения» и делились ссылками на порнографию. Последней каплей стала переписка с женщиной сомнительной репутации, работавшей у Рут в пекарне. Насколько поняла Рут, эта женщина просила Ари описывать, как именно он хотел бы заняться с ней сексом.

Мать была совершенно потеряна. Ее вопрос: «Это вообще нормально?» — демонстрировал, насколько она, мать-одиночка, воспитывающая сына-подростка, не уверена в собственных представлениях о действительности. Первым делом я убедил Рут в том, что она не должна в себе сомневаться. Нет таких знаний о воспитании мальчиков, доступных исключительно мужчинам. Рут стоило по крайней мере поговорить с сотрудницей своей пекарни и установить границы общения с Ари. Объяснить: чувства и тело ее сына — это не игрушки. Нельзя пользоваться его слабостями — пусть даже кому-то и не хватило самоуважения, чтобы отгородить себя от такого же отношения в прошлом.

Мальчиков может сбить с пути не только порнография. Еще одна распространенная ловушка — желание завоевать как можно больше «трофеев». Случайные интрижки еще не значат, что мальчику нужна помощь. И мальчики, и девочки имеют право из чистого любопытства познавать сексуальную близость, при этом ничего никому не обещая. Однако родителям стоит насторожиться, если их сын постоянно меняет партнеров, почти не привязывается к ним и стремится к одному — удовлетворить сексуальные потребности. Возможно, он избегает близких отношений по каким-то определенным причинам. Возможно, он не желает или не умеет доверять свое сердце, боится наскучить подруге. На сексуальное развитие мальчика напрямую влияет опыт близких, крепких взаимоотношений и его умение заботиться о других.

Чтобы поддержать запутавшегося юношу, следует вмешаться в его жизнь и проявить сочувствие, понимание и уверенность. Взрослые должны помнить, что мальчики легко поддаются стыду и это вынуждает их замыкаться или, хуже того, оправдывать свое неконтролируемое поведение. Многие мальчики будут благодарны взрослому, если тот создаст условия, позволяющие осознать свои поступки. Иногда достаточно всего лишь попросить или предложить понаблюдать за собой. Иногда мальчик освобождается от стыда и одиночества, если родитель делится похожей историей о себе — у каждого из нас таких в достатке.

Отец и сын, Том и Томми, проводили много времени вместе, и, когда Томми стал подростком, у них с отцом уже выстроился прочный фундамент для отношений. Тома радовало возмужание сына и его увлеченность чем-то новым. Кроме того, Том

прекрасно общался со своей супругой, и Томми, видя их отношения, от игр в приставку с друзьями перешел к отношениям нового уровня, уже с партнером. Однако девушка ощущала себя скованно из-за близкого контакта парня с родителями, и она ушла от него к другому; это вызвало у Томми неожиданно сильную злость и обиду. К счастью, отец с сыном часто вместе ездили на матчи по футболу. Однажды Том спросил у Томми, оправился ли тот после разрыва с девушкой. И Томми поведал, как сильно нуждается в близкой душе, как восхищается отношениями своих родителей и как боится, что сам не встретит такого же родного человека. Тогда Том решил раскрыть тайну счастливого брака. Он рассказал о тех поражениях и разочарованиях, которые ему пришлось пережить. Беседуя с сыном, Том позволил ему самому прийти к решению. Не стоит искать партнера в срочном порядке. На данном жизненном этапе важнее изучить себя и свои предпочтения — и в том числе научиться принимать разочарования.

Неважно, кто играет роль взрослого в жизни ребенка — отец, мать или наставник, — во всех примерах видно, насколько важны крепкие взаимоотношения с ним; они помогают мальчику сопротивляться искаженным представлениям о действительности и давлению, налаживать здоровые отношения с людьми. В силу тяжелых обстоятельств Уилл уяснил, что ему необходим кто-то, способный позаботиться о нем и предложить ему искреннюю эмоциональную поддержку. Шон также научился полагаться на других людей, а точнее, на своего тренера, который не позволил ему скатиться в бесконтрольное, бесчеловечное сексуальное поведене. И Бретт, едва его подтолкнули в нужном направлении, обнаружил, что способен сближаться с людьми. Мать Ари и отец Томми воспользовались крепкими взаимоотношениями с сыновьями как опорой, чтобы помочь мальчикам решить сложные проблемы — которые в ином случае могли бы их сломить.

Мальчикам для верного развития следует искать любви и романтики. Достигнув этого нелегкого жизненного этапа, переполненного искаженными представлениями о мужчинах и обманчивыми соблазнами, юноша вполне естественным образом теряется, порой окончательно. А поскольку подростки желают принимать решения самостоятельно, самый надежный способ им помочь — проявить понимание и любовь. Крепкий контакт с ребенком, готовность выслушать — надежное подспорье на его пути к пониманию любви и близости. Помня, что его всегда поддержат, мальчик уверенно учится понимать самого себя.

Глава 7
Мальчик и его тело — спорт и здоровье

Отношение мальчика к своему организму зависит от его представлений о настоящем мужчине. Основной *человеческий* инстинкт — это инстинкт самосохранения, отвечающий за неприкосновенность права на жизнь. Однако этому инстинкту противоречат общественные нравы, согласно которым мальчики должны терпеть боль, жертвовать здоровьем во имя всеобщего блага и вести себя так, будто они неуязвимы. Многие мальчики поддаются призыву и вынуждают свой организм совершать невозможное, несмотря на пагубные последствия.

Личность ребенка начинается с его тела. Когда мальчики учатся быть «мальчиками», огромное влияние оказывают культурные представления о том, как они должны одеваться, есть, заниматься спортом, рисковать, спать, заботиться о себе и так далее. Многие — возможно, почти все — родители уверены, будто «мужское поведение» обусловлено биологией и именно из-за биологии мальчики и девочки настолько отличаются — особенно в физическом плане. Однако десятки лет, посвященных исследованию гендерных различий — согласно австралийскому социологу Рэйвину Коннелу, «одной из самых популярных тем» в психологии, социологии и политологии, — показали, что отличие между полами не существенно[1]. Психолог Дженет Хайд из Висконсинского университета проанализировала более пяти тысяч исследований, общее число участников составило семь миллионов человек, и определила: большинство гендерных различий, выявленных в данных исследованиях, незначительны или ничтожны[2]. Основываясь на этих данных, Коннел предположил: «Главным научным изысканием за последние восемьдесят лет стало невероятное психологическое *сходство* между женщинами и мужчинами»[3].

Итак, по своей сути девочки и мальчики не отличаются друг от друга, однако их с детства учат по-разному использовать тело. Традиционная система гендерного восприятия на самом деле неразрывно связана с различиями между мужским и женским организмом, начиная со сложившегося образа мужского — и женского тела. Именно они решают, как нам относиться к своим детям, воспринимать и воспитывать их, — и практика эта передается из поколения в поколение.

Однако дети не пассивны в данном процессе. Недавние исследования показали: ни «биологически обоснованное» восприятие тела как программируемой машины, ни отношение к нему как к чистому холсту, на котором общество «рисует» гендерные нормы, не справедливы по отношению к конкретному ребенку, чья личность формируется на основе взаимодействия с окружающим миром. В качестве примера Коннел приводит шпильки — их больно носить, но каблуки остаются популярными среди девушек, следящими за модой и желающими красиво выглядеть. В ходе еще одного исследования Коннел наблюдал за жизнью бодибилдера; он описал попытки молодого человека превратить себя в воплощение идеала мужественности и показать мальчикам, какое тело должно быть у «настоящего мужчины»[4].

Родители и другие взрослые нередко обнаруживают, что мальчиков лишают возможности открыто общаться с окружающими и воспитывают в них пренебрежение к собственному здоровью. Поэтому тем, кто заботится о мальчиках, следует быть начеку и в нужный момент вмешаться.

Забота о себе

Начать стоит с того, что, поскольку мальчики и мужчины чаще подвергают свое здоровье опасности, они впереди женщин и девочек в количестве смертей по пятнадцати самым распространенным причинам (кроме болезни Альцгеймера). Какой вывод мы можем сделать? Насколько пагубно влияние традиционных представлений о мужественности?

Есть много примеров того, как представления о мужественности противоречат здравому смыслу. Пытаясь стать идеальным представителем «сильного пола» — здоровым, крепким и надежным, — мальчики привыкают к поведению и отношению, которое отрицательно сказывается на их здоровье. Чтобы донести свою мысль, психолог Уилл Куртеней приводит в пример рак кожи. Согласно данным Центров по контролю и профилактике заболеваний США, мужчины умирают от рака кожи в два раза чаще женщин. И при этом мужчины намного реже пользуются солнцезащитным кремом. Логично было бы чаще пользоваться солнцезащитными средствами. Однако вместо этого молодые люди еще яростнее и настойчивее призывают собратьев быть мужественными. Куртеней пишет следующее: «„Настоящих“ мужчин не заботит здоровье; „настоящие“ мужчины никогда не болеют; всяческие примочки и лосьоны — удел женщин; „настоящие“ мужчины не „неженки“ и не „хлопочут“ над своим

телом»[5].

Другой пример — юноши и ремни безопасности. Согласно Национальному управлению безопасности движения на трассах в США, которое в 2018 году запустило специальную летнюю кампанию, нацеленную на мужчин, в 2016 году погибло 10 418 непристегнутых пассажиров; 44 % из них — мужчины от восемнадцати до тридцати четырех лет. Двух с половиной тысяч смертей на дорогах можно было бы избежать, если бы человек пристегнулся[6].

Изначально мальчики не равнодушны к своему организму. Еще один пример, связанный с сугубо мужскими видами рака и возможностью профилактической вакцинации, показывает: молодые люди лишь отражают отношение семей и медицинских работников к данному вопросу. Согласно Центрам по контролю и профилактике заболеваний США, 70 % зарегистрированных случаев рака ротовой полости и горла у мужчин вызвано вирусом папилломы человека (ВПЧ), вызывающим рак шейки матки у тринадцати тысяч женщин в год. Сексуально активные подростки находятся в зоне риска: 80 % людей хотя бы раз в жизни контактируют с данным вирусом, и 20–30 % подростков в итоге подвергаются заражению[7]. Вакцинация способна спасти человека от болезни. В исследовании 2016 года обнаружилось, что через десять лет после начала вакцинации количество заразившихся упало на 90 % в тех странах, где упомянутый вид вакцинации обязателен (например, в Австралии)[8].

Однако и в Соединенных Штатах на вакцинацию соглашается 60 % подростков — это на 30 % больше, чем десять лет назад. Юноши идут на вакцинацию намного реже девушек по нескольким причинам. Когда фармацевтическая компания-гигант «Merck & Co.» впервые представляла свою вакцину, она в основном ориентировалась на девочек, поскольку буквально каждый случай рака шейки матки был связан с ВПЧ. Когда исследователи изучали, насколько часто родители склоняют сыновей к отказу от вакцинации, самой частой причиной этого оказалось то, что работники здравоохранения не видели смысла прививать юношей. И хотя вакцина была впервые рекомендована девушкам еще в 2006 году, лишь в 2011-м ее предложили и юношам. Бытовало мнение, будто мальчикам она не нужна; кроме того, родители опасались, что из-за нее мальчики начнут вести распущенный образ жизни[9]. В итоге, согласно данным от 2016 года, процент юношей, согласившихся на вакцинацию, вырос от 7,8 % в 2011 году до 27 % в 2016 году, вот только разница все равно осталась существенной, поскольку среди девушек на вакцинацию согласились 48 %[10]. Как в нежелании использовать

солнцезащитный крем, так и в отказе от жизненно важной вакцинации мы видим сложное взаимодействие общепринятых норм мужественности, мнения опекунов и поведения самих молодых людей, стремящихся к риску, травмам и смерти. Да, мальчики сами портят себе жизнь, однако разве не культурное давление заставляет их делать неправильный выбор? Недавний анализ под руководством специалиста по подростковой медицине из Медицинского центра Колумбийского университета, Дэвида Бэлла, позволил заключить: «В отличие от девушек, юноши сильнее привязаны к нравственным ориентирам, меньше заинтересованы в своей сохранности, реже удовлетворяют свои нужды»[11]. Анализ подтвердил: чем сильнее юноша подвержен влиянию норм мужественности, тем чаще он вредит собственному здоровью. Мальчики больше пьют и курят, безрассуднее ведут себя за рулем и чаще девочек вступают в рискованные сексуальные связи или участвуют в других опасных мероприятиях.

Самая большая разница между полами наблюдается в возрасте от пятнадцати до двадцати четырех лет: 75 % смертей в этой возрастной группе приходится на юношей. Юноши в три раза чаще девушек погибают в автомобильных или велосипедных авариях, на спортивных мероприятиях, из-за падения, а также от черепно-мозговых травм и травм позвоночника. Кроме того, мальчики в четыре раза чаще, чем девочки, совершают самоубийство. В 2014 году число завершенных самоубийств среди детей десяти-четырнадцати лет превысило количество смертей в результате автокатастрофы, за пять лет, с 2009 года, этот показатель удвоился. Две трети всех суицидов в данной возрастной группе совершали мальчики. Согласно данным Центров по контролю и профилактике заболеваний США, этот факт можно объяснить новой культурой социальных сетей, прилюдной травлей и осмеянием в интернете[12].

Однако то, что мальчиков вынуждают отказываться от солнцезащитного крема и губить свое здоровье, — полбеды. Даже обратившись за помощью в здравоохранительные органы, мальчики сталкиваются с отношением к ним как к представителям определенного пола. Диагноз и лечение синдрома дефицита внимания и гиперактивности у мальчиков в два раза чаще, чем у девочек, оканчивался назначением психостимуляторов — особенно если ребенок происходит из семьи с низким доходом. За последние тридцать лет количество диагностированных случаев увеличилось в двадцать раз, причем, по данным Центров по контролю и профилактике заболеваний США, процент мальчиков вырос с 7,8 % в 2003 году до 9,5 % в

2007 году и до 11 % в 2011 году. По словам психолога Алана Сроуфа, подход, основанный на различиях в концентрации внимания, якобы обусловленных «врожденным дефектом», обнаруживаемым на снимках мозга, ошибочен. Сроуф утверждает: «Даже измерив активность мозга, мы не сможем узнать, является данное отклонение врожденным или же вызванным травмой, хроническим стрессом или иным опытом раннего детства»[13].

Привыкая к стрессу, мальчики начинают воспринимать свое тело скорее как инструмент, чем как часть себя. Согласно культурным нормам, мужское тело — орудие, средство достижения целей. Грубое обращение, неограниченная конкуренция и постоянные игры «в войну» приводят к тому, что мальчики не связывают свою личность со своим телом; важна лишь роль, которую они играют. То, как много мальчиков выбирает риск, не заботится о себе, попадает в автокатастрофы и погибает, демонстрирует, насколько они преданы своей роли. Согласно Всемирной организации здравоохранения, 70 % преждевременных мужских смертей вызвано поведением, к которому они привыкли еще в юности[14].

С самого начала своей карьеры консультанта я видел множество мальчиков, чье поведение могло привести к опасным последствиям. Например, Тимми — пример того, как милый и невинный по своей сути мальчик может стать безрассудным и отчаянным под давлением городского уличного окружения. Ему было одиннадцать, когда я с ним познакомился; он жил с бабушкой в одном из соседних домов для представителей рабочего сословия. Тимми посещал церковно-приходскую школу через узкую улочку от дома. Директор, испугавшись, что в жизни мальчика слишком мало достойных примеров для подражания и слишком много влияния уличной компании, отправил его ко мне на консультацию. Когда я проводил время с Тимми, он вел себя как совершенно невинный, открытый и милый парень. Он любил смотреть передачи о животных.

За несколько лет до того, как Тимми закончил девятый класс и поступил в профессионально-техническое училище, он начал проводить вечера в местном парке, на бейсбольных и баскетбольных площадках у ближайшего оздоровительного центра. Вместе с товарищами он все чаще участвовал в жестоких драках с компаниями, игравшими на других площадках. Я спросил, не страшно ли ему драться, и он ответил без бахвальства, что не боится драк. Он сказал, его прозвали Мраморной Головой — это было созвучно с его фамилией и одновременно отражало его стойкость. «Я вообще никогда ничего не чувствую», — объяснил он. О футболе и уличном хоккее он

сказал: «Люблю столкновения». Я выразил недоумение, и юноша объяснил: он чувствует «облегчение», когда уводит мяч у другого игрока. Тимми направил злость в верное русло. Общепринятые нормы мужественности учат мальчиков отделять личность от тела, и последнее воспринимается как инструмент, используемый в спорте, на работе и даже во время сексуальных контактов. Этот подход работает и даже оказывается весьма эффективным. Например, стремясь к цели, многие мальчики отстраняются от самих себя и просто не замечают боли.

Спортивные игры

Спортивные историки замечают, что популярность командных видов спорта и тренировок возросла из-за возникшего в конце XIX века страха, будто мальчики растут слишком «изнеженными». Гендерные границы размывались, роли мужчин и женщин менялись, и общество уделяло особое внимание физическому превосходству мужчин. Популярность спорта взмыла до небес. «Масштабное, всенародное помешательство на спорте набирало обороты, в то время как мужчины теряли голову и изо всех сил наращивали мускулы, дабы показать, насколько они в действительности мужественные», — писал Майкл Киммел в своей культурно-исторической работе «Мужчины в Америке»[15]. Спортивные игры приносят невероятное удовольствие. Они вдохновляют игроков открывать в себе новые умения и развивать новые способности — это радует тренеров, товарищей по команде и поклонников. Мальчишеские игры позволяют сбросить напряжение, вызываемое школой, работой и общественной жизнью. Спорт помогает выпустить пар и приносит внутреннее удовлетворение. Как объясняет спортивный социолог Дэвид Уитсон: «Ничто не делает спорт таким популярным, как то мгновение, когда наработанная сила и навыки сливаются воедино и превращаются в зрелищный хоум-ран, идеальный удар в гольфе или точный бэкхенд[19]»[16].

Радость спорта не только в развитии и проверке силы и навыков, но и в крепкой связи с товарищами по команде. Тренировки и состязания позволяют открыто проявлять накопленные в душе эмоции, и именно поэтому мальчики подолгу не бросают спорт. На самом деле спорт соответствует их нуждам намного больше, чем учеба или работа. Некоторые молодые люди посвящают спорту всю свою жизнь и неохотно взваливают на себя ответственность, которую подразумевает взросление. Спорт — площадка для воспитания будущих мужчин,

и занятия им позволяют подольше побыть мальчишкой. Некоторые спортивные «звезды» в старшей школе или колледже так и остаются детьми в душе.

Но как бы ни был интересен спорт, он создан для воспитания мужчин в традиционном понимании. В школах и на улице спорт может определять место мальчишек в негласной иерархии. Если статус «лучшего игрока» позволяет мальчику быть лидером, он может посвящать все свое время спортивным достижениям.

Даже сегодня, невзирая на растущую популярность спорта среди женщин, он остается оплотом традиционных мужских ценностей. На тренировках мальчиков заставляют бороться «невзирая на боль» и жертвовать всем «ради команды». Спортивный социолог Дон Сабо из колледжа «D'Youville» в Буффало рассуждает о «принципе боли», согласно которому мужественность игрока измеряется его умением «держаться несмотря ни на что». Сами игроки, совсем как их тренеры и товарищи по команде, создают культуру, умаляющую жертвы и последствия, которые подразумевает игра «невзирая на боль». Спорт прививает мальчикам традиционные представления о мужественности, заставляя их закрывать глаза на собственные слабости, нацеливаться лишь на победу, с полным правом причинять боль соперникам и самим стоически ее терпеть, а также в общем и целом стремиться к преобладанию над противником[17].

Поправки к закону (Раздел 9) США от 1972 года запретили дискриминацию в образовательных учреждениях, а также перевернули представление о женском спорте. В 1972 году лишь 7 % спортсменов-старшеклассников были девушками; к 2012 году их количество выросло до 41 %. В 1972 году только 2 % спортивного бюджета в колледжах уходило на женский спорт; в 2010 году девушки получали уже 48 % от денег, выделенных на стипендии, и 40 % от спортивного бюджета. Занимаясь спортом, девушки во многом выигрывают. Успеваемость спортсменок растет по отношению к их неспортивным сверстницам, как и успехи в научной деятельности. Спортсменки чаще оканчивают старшую школу, их оценки выше, они лучше пишут стандартные тесты; 82 % женщин-руководителей прежде занимались спортом[18].

Но если что-то коренным образом меняется, части остаются неизменными. В высших учебных заведениях мужским спортивным командам — в особенности футбольным и баскетбольным — удается заполучить львиную долю бюджета, выделенного на спортсменов. Затраты одной футбольной команды первого дивизиона превосходят сумму, выделяемую на

всех спортсменок, вместе взятых. Как замечают судебные аналитики Джоанна Гроссман и Дэбора Брейк: «Чем мужественнее спорт, тем больше в него вливается денег, тем больше у него поклонников и тем активнее он продвигает традиционные представления о мужественности»[19].

Школы, в которых мужское превосходство отражается в суммах, выделяемых на определенные виды спорта, ставят спортсменов с неловкое положение. Например, «синдром злоупотребления энергетическими напитками» (*англ.* 'toxic jock' syndrome) относится к юношам, которые заигрались в спортсменов и растеряли человечность. Дедовщина, агрессивное сексуальное поведение, рискованные поступки — вот к чему приводит «культура спортивной раздевалки», развивающая в мальчиках ощущение безнаказанности. Члены таких команд чаще совершают преступления… Дэвид Уитсон утверждал: мир мужского спорта «остается оплотом традиционной мужественности, а любые нестандартные представления о ней отрицаются и принижаются»[20].

Я консультировал многих вдохновленных спортсменов. Кто-то желал улучшить свои результаты; кто-то пытался решить проблемы за пределами игровой площадки. Билл был из тех молодых людей, чья спортивная мечта была центром жизни — их и родителей; однако затем мечты внезапно не стало.

Мальчик влюбился в футбол еще в начальной школе и стремился к успеху с большим рвением. Билл был спортивным, крупнее многих сверстников; приняв участие в отборе, Билл получил место в лучшей команде штата. Начались тяжелые будни; выходные с семьей пришлось променять на чемпионаты и длительные тренировки в самых разных точках на территории трех штатов. Чем старше становились участники команды, тем жестче были тренировки, сложнее — условия и строже — требования. В любую погоду, в любое время года мальчики отрабатывали различные тактики и приемы на улице.

Когда Билл был помладше, он занимался и другими видами спорта — бейсболом, лакроссом, — но с каждой новой победой футбольной команды он отказывался от очередного дополнительного увлечения, чтобы соответствовать растущим требованиям со стороны тренера, который ясно давал понять: каждый игрок может вылететь из команды в любую минуту. За готовность выкладываться на полную тренер награждал мальчиков игровым временем. У Билла все получалось, а его родители, сидя на трибунах, уже лелеяли мечту о том, как он получит спортивную стипендию, поступит в колледж и так далее. В итоге они неосознанно убедили сына в том, что любят его

только за достижения в футболе. И если поначалу спорт был лишь забавой, затем он превратился в выматывающий труд. Игры становились все сложнее в физическом и моральном плане. Команда постоянно тренировала пасы головой, невзирая на риск сотрясения. Травмы стали обыденными; каждый мальчик травмировался хотя бы раз — тянул мышцу, подворачивал ногу, рвал связки коленного сустава.

Однако Биллу нравилась сама игра. Он возвращался на тренировки вновь и вновь ради минут творческой командной игры на футбольном поле — своеобразной награды за тяжелейшие тренировки. В старшей школе команда начала участвовать в показательных чемпионатах регионального уровня, где на трибунах рядами сидели тренеры из колледжей, выискивая самых многообещающих игроков. И хотя правила Национальной ассоциации студенческого спорта ограничивали количество денег, выделяемое командам, каждый мальчик уже представлял себя в роли везунчика.

На тяжелом, напряженном, крайне важном матче регионального уровня судья относился к игрокам снисходительно, и те начали позволять себе больше грязных приемов. Наконец, когда Билл защищал ворота, атакующий игрок изо всех сил пнул его по ноге, чтобы увести мяч, и раздробил большую берцовую кость. Билл не только покинул команду до конца сезона; вставленные в ногу штифты навсегда лишили его былой скорости и бесстрашия.

Во время занятий спортом происходят несчастья и травмы. Спортивная среда все сильнее подвергается влиянию гендерного равенства, и возникает вопрос, как именно это скажется на методах по предотвращению травм на тренировках. Эрик Андерсон из Винчестерского университета сообщил о «смягчении» влияния традиционных норм мужественности среди спортсменов. Основываясь на исследовании 2009 года, в результате которого было отмечено, что все меньше спортсменов выбирают опасный командный спорт (например, хоккей или футбол), он утверждает: «Если мужчины перестанут стремиться к идеалу традиционных представлений о мужественности, они реже будут выбирать виды спорта, способные навредить их здоровью»[21]. Подсчет количества молодых людей, выбиравших тот или иной вид спорта с 2009 по 2014 год, показал: молодежь все реже предпочитает футбол и борьбу[22]. Даже в Австралии, помешанной на регби, популярность данного вида спорта планомерно снижается[23].

И хотя на данный момент сложно поменять подход к самым популярным видам спорта, внимание общественности недавно

привлекла манера преподавания физической культуры в школах. Хотя от физической активности зависит здоровье нового поколения, многие мальчики избегают занятий спортом и тренировок, ведь именно там чаще всего подвергаются травле. Канадские ученые Майкл Аткинсон и Майкл Келер обнаружили распространение «антиспортивной идеологии» и растущую популярность движения против «обнаглевших спортсменов». Это вызвано тем, что культура спортивных раздевалок, конкуренция, основанная на спортивных достижениях, и причастность к происходящему учителей ставят под сомнение эффективность обязательных спортивных программ в школах. Ученые пишут: «Поэтому неудивительно, что мальчики привыкают бояться и ненавидеть коллективные занятия спортом»[24].

Спортивные раздевалки — особенно опасное место для школьников. Туда редко заглядывают взрослые, поэтому мальчики, ощущающие власть, совершенно свободно издеваются над менее популярными сверстниками. В Соединенных Штатах, а также в других точках мира на данный момент пересматривается подход к организации спортивных раздевалок, предлагаются новые меры наблюдения за находящимися в них школьниками и поправки к школьным спортивным программам, поскольку традиционный подход, «всех под одну гребенку», не учитывает нужды многих мальчиков и способствует распространению пагубных практик. Помимо общих проблем, перечисленных выше, есть несколько конкретных медицинских вопросов, которые заслуживают особенного внимания родителей и других взрослых.

Сотрясение мозга

Несмотря на то что «принцип боли» до сих пор распространен среди спортсменов, травмы головы, к которым одни виды спорта приводят чаще других, — это уже чересчур. Сейчас общество начинает осознавать: контактный спорт приводит — и *всегда* приводил — к шокирующему количеству черепно-мозговых травм. Согласно Центрам по контролю и профилактике заболеваний США, «сотрясение мозга — это черепно-мозговая травма, ЧМТ, которая происходит в результате ушиба, удара головой или встряски, а также в результате удара всем телом, из-за которого голова с находящимся в ней мозгом внезапно меняет свое положение в пространстве. Настолько резкие движения приводят к тому, что мозг в черепе мгновенно меняет свое положение; иногда это приводит к деформации и повреждению клеток мозга»[25].

46 % старшеклассников пятнадцати-восемнадцати лет хотя бы раз переживали сотрясение мозга. Согласно данным исследователей из Калифорнийского университета Сан-Франциско, с 2007 по 2014 год количество людей, пострадавших от сотрясения мозга, выросло до 60 % (в основном это подростки), причем 55 % зарегистрированных случаев приходится на представителей мужского пола. Согласно Американской академии педиатрии, почти два миллиона детей младше восемнадцати лет получают сотрясение мозга ежегодно. Один из пяти спортсменов-школьников зарабатывает сотрясение мозга во время тренировок, а треть — и не единожды в течение года[26].

Более половины сотрясений случается во время занятий американским футболом. Хоккей, футбол, борьба и лакросс также относительно травмоопасны. Пик сотрясений преимущественно приходится на сентябрь-октябрь, в разгар сезонов футбола и американского футбола. Согласно Джону Пауэллу, исследователю в области спортивной медицины из Мичиганского университета, некоторые игроки в американский футбол «неизменно ударяются головой каждый матч»[27]. Пугающие результаты открыла установка в шлемы семи-восьмилетних игроков в американский футбол датчиков ускорения; оказалось, в течение одной игры на каждого игрока приходится около 107 ударов по голове. Согласно исследованиям, если ускорение от удара по голове превышает некоторый предел, происходит «повреждение белого вещества головного мозга», восстановление может занять целый год. Невзирая на неустанную работу над профилактикой, люди до сих пор не изобрели шлемы, защищающие мозг от сотрясений[28].

Недавно было выявлено, что повреждения ткани мозга имеют накопительный эффект и даже те удары, которые не приводят к сотрясению сразу, могут сказаться на работе мозга в дальнейшем. В рамках исследования, проведенного нейрорадиологами из Медицинской школы Университета Уэйк-Форест, двадцать пять мальчиков возрастом от восьми до тринадцати лет надевали специальные шлемы, отслеживавшие все удары по голове в течение сезона; в начале и в конце сезона мальчикам сделали МРТ мозга. Результаты были следующими: чем больше ударов приходится на голову, тем больше повреждений приходится на аксоны с миелиновой оболочкой, составляющие белое вещество — оно играет ключевую роль в связи между различными областями мозга[29]. Считается, хроническая травматическая энцефалопатия, неизлечимое дегенеративное заболевание мозга, возникает из-за постоянных ударов по голове, которые по отдельности не приводят к сотрясению.

Родители, чьи сыновья грезят о контактном спорте, не знают, как поступить. Эндрю — один из таких мальчиков: в десять лет он был не по годам складным и крепким; несколько лет занятий различными видами спорта научили его избегать большинства травм и рисков на тренировках. И его отец, и его мать были спортсменами в старшей школе и колледже; старший брат состоял в элитной команде самого престижного футбольного клуба города, а дядя — в Национальной футбольной лиге. Неудивительно, что спорт был неотъемлемой частью жизни семьи. Эндрю любил спорт и выкладывался на полную даже в играх с братом на заднем дворе. Зимой строительство снежной крепости неизменно превращалось в ледяную бойню со снежками; игры с баскетбольным мячом на проезжей части сопровождались активной работой локтями и грязными приемами. Обмен колкостями с отцом мог вылиться в настойчивые попытки ударить или пнуть его. Эндрю был невероятно азартен.

Футбольный тренер поставил этого решительного, бесстрашного спортсмена центральным защитником; парень готов был пойти на все, лишь бы остановить противника в шаге от цели. Несмотря на низкий рост, мальчик внушал уважение, поскольку умел быстро и уверенно уводить мяч у противников. Душа Эндрю лежала к американскому футболу, считавшемуся «самым мужским» спортом среди его друзей, и мальчик постоянно просил родителей перевести его в команду по американскому футболу. Родители Эндрю изучили вопрос и испугались возможных травм, особенно опасных в его возрасте, когда мозг еще не сформирован. Они знали, чего желает сын, и понимали, что он будет играть в американский футбол с такой же безрассудной отдачей и азартом. Они сказали Эндрю: «Мы переведем тебя не раньше двенадцатилетия», и эта несправедливость настолько обидела мальчика, что он дал волю слезам. Его лучший друг играл в американский футбол, и Эндрю приходилось слушать его рассказы о сезонных матчах, в то время как сам он страдал из-за слишком навязчивой заботы родителей.

Когда родители Эндрю пришли ко мне, их в том числе беспокоили жалобы и разочарование сына. Я видел, насколько доверительные и крепкие отношения родители выстроили с мальчиком. Мама и папа надеялись, что Эндрю доверится им и позволит принять решение, пусть даже противоречащее его предпочтениям и взглядам. Оставшись наедине, мы обсудили с родителями их опасения: американский футбол и связанные с ним риски наверняка приведут к тому, что мальчик станет относиться к своему телу еще безответственнее и безжалостнее; им уже и без того приходилось множество раз вызывать «скорую»

после его безрассудных проделок. Они упрямо держались своей позиции в воспитании Эндрю, и он ворчал в ответ, но в итоге признал: родители всего лишь заботятся о нем.

Эндрю, как и многие мальчики, желал обойти сверстников в «мужских» достижениях. Когда такие мальчики осознают свою мужественность, чувствуют себя воплощением доблести и успеха, их приоритеты идут вразрез со здравым смыслом; мальчику нужен союзник, который укажет верный путь. Отношения Эндрю с родителями и его уважение к ним оказались сильнее желания выделиться перед сверстниками и взрослыми. К тому же Эндрю уже приходилось иметь дело с пагубными последствиями своих рискованных затей. Родителям необходимо было это пресечь.

Мальчиков, увлеченных спортом, ждут большие перемены. Четыре штата — Калифорния, Иллинойс, Мэриленд и Нью-Йорк — думают ввести закон, который ограничит или вовсе запретит любые занятия контактным спортом до четырнадцати лет. Сторонники традиций забеспокоились, увидев в этом угрозу не только для американского футбола, но и для контактного спорта в целом. Тем временем во многих школах уже меняются правила игры, структура тренировок, вводятся новые приемы блокировки и перехвата — это позволяет уменьшить количество травмоопасных ситуаций. Однако, по мнению исследователей из организации «Concussion Legacy Foundation», которые всеми силами стремятся покончить с хронической травматической энцефалопатией, «никакой подход не способен окончательно обезопасить развивающегося ребенка»[30].

Не только родители должны наблюдать за здоровьем своего ребенка; школам и молодежным организациям также есть над чем подумать. Например, как быть с травмами головы. Синдром повторного сотрясения, возникающий, если спортсмен, не оправившись от прежней черепно-мозговой травмы, возвращается в спорт, также требует внимания. Недавние исследования показали, что повторные повреждения головы приводили к снижению умственных способностей, увеличению времени, необходимого для восстановления, и повышению риска повторных сотрясений. В настоящее время появляется все больше данных по этому вопросу, однако до сих пор нельзя решить наверняка, сколько времени спортсмену нужно для восстановления[31].

Вопросы привлекательности

Пищевые расстройства долгое время считались проблемой

девушек и женщин, примеряющих на себя недостижимые стандарты красоты и недовольных собой. Однако новые исследования показали, что мальчики тоже могут неверно воспринимать свою внешность. И если девочки стремятся похудеть, у мальчиков все наоборот.

Мышечная дисморфия — расстройство, противоположное нервной анорексии. Элисон Филд, педиатр и исследователь из Гарвардской медицинской школы, уверена: данная проблема встречается у 18 % мальчиков[32], то есть у каждого пятого мальчика. Молодые люди, страдающие мышечной дисморфией, ставят перед собой невыполнимую задачу: нарастить мускулы и остаться при этом стройным. Даже мальчики с лишним весом воспринимают себя искаженно, желая вписаться в идеал мужественности, подразумевающий шесть кубиков пресса. Перфекционисты или мальчики, склонные к тревожности, особенно часто зациклены на своем весе и мышечной массе.

В наше время среднестатистический юноша по семь часов в день контактирует со средствами массовой информации, что повышает его восприимчивость к мускулистым образам и идеальным супергероям. Маркетологи и изготовители игрушек отточили умение влиять на аудиторию до совершенства. Согласно психологу Реймонду Лембергу, персонажи в телевизоре и видеоиграх за последние десять-двадцать лет потеряли в весе и прибавили в мускулах, задав недостижимые стандарты мужской красоты. «Лишь у 1–2 % людей такое тело. Подобная репрезентация мужчин нереалистична», — добавляет он[33].

Многие мальчики, стремясь к этим новым идеалам, используют витаминные и белковые пищевые добавки, а также часто и напряженно тренируются. Исследователи полагают, традиционные способы проявления мужественности изжили себя и теперь культура обращает свое внимание на мускулатуру мужчин. Согласно исследованию 2012 года, более трети учеников средней и старшей школы используют белковый порошок или коктейли, чтобы нарастить мускулы. Уже меньше юношей, от 3 до 12 %, прибегают к стероидам[34]. Чем сильнее мальчик подвержен влиянию стереотипов о мужчинах, тем больше вероятность чрезмерно увлечься достижением «идеала».

Термин «комплекс Адониса», введенный тремя педиатрами для описания проблемы, отсылает нас к греческому мифу, в котором воспевается прекрасный герой — идеал мужской красоты. Комплекс описывает, насколько недостижимы нынешние идеалы мужественности, насколько нереалистичны представления мальчиков, желающих соответствовать этим стандартам, и на что некоторые готовы пойти — включая

жестокие тренировки, использование пищевых добавок и стероидов — ради приближения к совершенству[35].

На мальчиков влияют не только мускулистые и при этом подтянутые образы мужчин. Из-за распространения порнографии озабоченность размером пениса вышла на новый уровень. В рамках исследования, проведенного командой ученых из Королевского колледжа Лондона, респондентам было задано десять вопросов, по которым определялось, насколько они «боятся, что останутся одни или получат отказ из-за размера своего пениса; насколько ужасаются возможных насмешек и насколько волнуются, если им приходится обнажаться перед женщиной или мужчиной»[36]. Исследователи обнаружили: 30 % участников были недовольны своими половыми органами; участники, определявшие себя как геи или бисексуалы, намного чаще, чем гетеросексуалы, боялись обнажаться перед кем-то.

Наркотики и алкоголь

Согласно федеральному опросу, посвященному вопросам здоровья и употребления наркотиков, юноши употребляют химические вещества намного чаще девушек. Мальчики пьют чаще людей другого возраста или пола. Согласно отчету 2013 года, 40 % старшеклассников признались, что пили хотя бы раз за последний месяц, и почти 25 % употребляли более пяти бокалов. Кроме того, 25 % мальчиков хотя бы раз за последний месяц курили марихуану, 10 % — использовали ингалянты, а еще 10 % — употребляли экстази. Многие мальчишки начинают пить и употреблять наркотики еще до подросткового возраста. Почти 25 % мальчиков к тринадцати годам уже выпивают, а 10 % — курят марихуану[37].

Было много попыток объяснить, почему представители разного пола по-разному относятся к вредным привычкам: говорили о мужских гормонах, склоняющих к риску; о замедленном развитии у мальчиков переднего мозга, отвечающего за поведение; о ролевых моделях, предлагаемых спортсменами, звездами и иными знаменитыми представителями мужского пола. Однако реклама спиртных напитков определенно вносит вклад. Реклама пива обычно строится на образе мужчины — расслабленного, любящего повеселиться, романтичного и сексуально привлекательного — и влияет на самовосприятие мальчиков и их стремления. Исследование под руководством Американской академии педиатрии, результаты которого были опубликованы в 2012 году, охватывало четыре тысячи подростков

с седьмого по десятый класс. Мальчики, участвовавшие в исследовании, пили «значительно больше алкоголя», чем девочки, чаще страдали от негативных последствий его употребления — и было заметно, как на их привычки повлияла реклама пива. Дети раннего подросткового возраста, которым нравилась реклама алкоголя, намного чаще начинали пить и впоследствии сталкивались с более серьезными проблемами[38].

Два анализа (от 2009-го и 2016 года) исследований, посвященных влиянию рекламы на подростковое пьянство, решительно подтверждают: реклама влияет на отношение подростков к алкоголю. Как пояснили авторы второго анализа, «исследования показывают, что реклама алкоголя, осведомленность и заинтересованность подростков в вопросах употребления алкоголя и их восприимчивость к алкогольному маркетингу в значительной мере влияют на возраст, в котором они начинают употреблять алкоголь, пьянствовать, зависеть от алкогольных напитков и сталкиваться с негативными последствиями их употребления»[39].

Школьные программы, обучающие подростков критично относиться к СМИ — то есть быть медийно грамотными, — помогают им расшифровывать скрытый смысл рекламы алкогольной продукции, а законы строго ограничивают содержание и время трансляции вредоносной рекламы. Если научить подростка задавать вопросы — «Чего желают добиться создатели этой рекламы?», «Чьим интересам она служит?», «Каков ее скрытый смысл?», — то он защитится от хитрой манипуляции его отношением и поведением. Однако многие работающие с подростками боятся неизбежного поражения. Отчет 2004 года, предоставленный Комитетом США по разработке стратегий по снижению и предотвращению подросткового пьянства, в заключении содержал любопытный комментарий: «Комитет пришел к непреложному выводу: проблему подросткового пьянства нельзя решить, обращаясь к одним лишь подросткам. Молодежь пьет потому, что общество считает употребления алкоголя нормальным явлением, а упоминания об алкоголе вездесущи»[40].

Движение за легализацию марихуаны также показывает связь между общественными настроениями и склонностью мальчиков к употреблению наркотиков. Исследования, посвященные употреблению наркотиков подростками в Вашингтоне, где марихуана разрешена взрослым в оздоровительных целях, подтвердили: с момента легализации количество восьмиклассников и десятиклассников, употребляющих марихуану, увеличилось, а опасения по поводу вреда наркотика

потеряли силу. В то же время в штатах, избежавших легализации, количество потребителей марихуаны, наоборот, снизилось. Согласно данным организации «SMART Colorado», выступающей за ужесточение законов, федеральный опрос, призванный оценить уровень употребления марихуаны среди детей от двенадцати до семнадцати лет, разместил штат Колорадо на первой позиции. При этом лишь 48 % учеников считают употребление марихуаны рискованным[41].

Основываясь на собственном профессиональном опыте как в лечении химически зависимых подростков, так и во внедрении эффективных программ по профилактике подростковых зависимостей, я скорее соглашусь с людьми, которые уверены: попытки контролировать подростковую склонность к выпивке и наркотикам в обществе, крайне неоднозначном в своем мнении, обречены на провал. Однако это заключение означает: взрослые, которым небезразлична судьба мальчиков, играют самую что ни на есть определяющую роль в их умении принимать здравые решения.

Я провел уйму времени на посту руководителя команды, помогающей госпитализированным подросткам, страдающим как алкоголизмом и наркоманией, так и от эмоциональных проблем. К нам обращались по разным причинам. Иногда родители просто уставали терпеть бесконтрольное, лживое или дерзкое поведение. Иногда школы требовали вылечить ребенка в качестве дисциплинарного наказания. А иногда подростка к нам направляли сотрудники по делам несовершеннолетних. Больше всего меня впечатляло то, насколько сильно подростки менялись. Поначалу дикие и неуправляемые, они не проявляли никакого уважения к взрослым — но когда выписывались, уже вновь были обычными молодыми людьми. Даже лица менялись: они больше не выглядели напряженными и светлели, а взгляд становился более открытым. Поняв, что им никак не развернуть, не поменять и не обойти правила, и осознав, что есть взрослые, которым можно довериться, эти молодые люди немного расслаблялись.

Бен не был похож на остальных. Исключительный юноша, одаренный спортсмен, лидер. Он был капитаном школьной команды по борьбе и президентом студенческого совета в старшей школе. Однако у Бена плохо обстояли дела с выпивкой и наркотиками: огромное количество времени он был либо под кайфом, либо пьяным. Его выдавало поведение, которое привлекало внимание школы и общественности. Поначалу родители и учителя списывали проблемы сына на бурную подростковую жизнь, однако затем этих проблем накопилось так много, что закрывать глаза и дальше не представлялось

возможным. Профессиональная диагностика выявила, что родители и сами были не в порядке и огромное влияние на жизнь семьи оказывало психическое заболевание матери и функциональный алкоголизм отца. Бен был сам за себя и даже не замечал, насколько ему на самом деле одиноко. Когда школа наконец-то вмешалась в ситуацию, его отправили ко мне на лечение.

Работая с зависимостью как с полноценной болезнью, мы сначала помогли Бену оценить уровень своей зависимости, после чего научили его бороться с ней. Благодаря индивидуальной и групповой терапии он честно признался себе в том, насколько сильно боялся ответственности — сколь много ему приходилось решать самому. Во время коллективных сессий он слышал душераздирающие истории, как подростки губили свою жизнь за дозу алкоголя или наркотиков. Бен рассказывал, чего ему не хватало в семье, — однако здесь он нашел новую семью, которая совершенно точно была готова помочь ему. Прежде чем вернуться домой, он пообещал продолжить беседы со своим куратором, чтобы не обманываться и впредь. Как и многие юноши, Бен отстаивал свои права на отдых. Он пытался оправдать свое поведение состоянием родителей, давлением друзей, своей «исключительностью», якобы дающей ему особые права. Но в конце концов он признался себе в том, что его пугала сложная жизнь без поддержки взрослых. Когда я рассказываю подобные истории на встречах с родителями, в школах и в других молодежных организациях, я желаю показать: опьянение — лишь один из способов, которыми мальчики могут навредить себе, если за ними не приглядывать. Взаимоотношения с кем-то небезразличным могут стать для мальчика спасительным компасом, который проведет его по нелегкому пути возмужания.

Самоповреждение

В книге 2011 года «The Tender Cut: Inside the Hidden World of Self-Injury»[20] два профессора социологии, Патрисия Адлер из Колорадского университета и Питер Адлер из Денверского университета, описывают такие явления подростковой жизни, как «порезы, ожоги, проставление меток и переломы костей»[42]. Супружеская пара исследовала гендерные особенности самоповреждений. Хотя принято считать, будто такое поведение распространено в первую очередь среди девушек, статистика не учитывает юношей, которые не оказываются в пункте первой помощи в результате селфхарма. Многие уверены: количество

мальчиков, прибегающих к самоповреждению, растет, и это частично обусловлено тем, что, как замечают Адлеры, «подобное поведение чрезвычайно заразно». Согласно отчету Национальной службы здравоохранения Великобритании от 2016 года, количество юношей, пострадавших от самоповреждений, держится на высокой отметке уже в течение четырех лет, причем этот подсчет произведен на основе одних лишь обращений в «скорую»[43].

Как сказал один адвокат по делам несовершеннолетних: «Мальчики и правда режут себя, но у них, в отличие от девочек, есть выбор. Ведь вместо того, чтобы ранить себя, они могут ввязаться в драку, опасную ситуацию или нарваться на избиение». Когда мальчики режут или прижигают себя, они обычно повреждают свое тело сильнее, чем девочки, и реже молчат об этом. Обычаи компаний, включая проставление меток или заключение «кровных уз», лишь укрепляют представление о том, что боль — неотъемлемая часть мужской жизни[44].

Многие молодые люди, которых я вижу подавленными, злыми, презирают себя и не могут никак иначе выразить свои эмоции, кроме как саморазрушением. Одним из них был Андрес, старшеклассник, которого отправили ко мне после того, как он снял спортивную куртку и тренер заметил сеть порезов на его руках. Тренер отвел Андреса в сторону и спросил его об этом; тогда юноша признался, что порезал себя сам.

Тренер рассказал родителям Андреса, мальчик не сумел объяснить, почему так делает, однако принял предложенную помощь.

Я пытался помочь Андресу разобраться в чувствах, побуждающих его вредить себе. Мне казалось, покуда он не осознает эти чувства, они так и будут влиять на его подсознание. Чтобы сознательно контролировать эмоции, приводящие к саморазрушению, он должен был вновь, уже под чужим наблюдением, пережить болезненный опыт и вспомнить, что именно расстроило его до такой степени. Наладив тесные отношения и убедив его в конфиденциальности беседы, я попросил его рассказать мне о последнем случае самоповреждения и обязательно вспомнить, что он ощущал до, во время и после этого. Оказалось, после самоповреждения он испытывал облегчение — а именно освобождался от ощущения злости и вины по отношению к смерти лучшего друга, погибшего несколько лет назад из-за несчастного случая. Когда Андрес резал себя, он будто оказывался чуть ближе к другу и справлялся с комплексом «вины выжившего». Когда подросток смог сложить цельную картину происходящего и напрямую выразить свое горе,

он испытал невероятное облегчение — при этом не навредив себе.

Крайнее проявление самоповреждения — это самоубийство, которое входит в список трех самых частых причин смерти среди подростков. В Соединенных Штатах мальчики совершают самоубийство в четыре раза чаще девочек. В 2017 году 4600 молодых людей (возрастом от десяти до двадцати четырех лет) совершили суицид, то есть весь год в среднем происходило по двенадцать самоубийств в день. 81 % из них совершали представители мужского пола. Чем старше становится мальчик, тем выше риск его суицида: в возрасте от десяти до четырнадцати лет мальчики прерывают свою жизнь в два раза чаще девочек; в возрасте от пятнадцати до девятнадцати лет мальчики делают это уже в четыре раза чаще. Помимо завершенных самоубийств, за год было совершено 575 000 неудачных попыток. Показатель особенно высок среди гомосексуальных и бисексуальных юношей: 30 %, согласно Американской академии педиатрии[45].

К сожалению, многие мальчики, которых я встречал, тешили себя мыслями о самоубийстве; некоторых мысли даже приводили к попыткам убить себя. Деннис был одним из них. Он пришел ко мне после того, как рассказал школьному психологу, что не может избавиться от желания убить себя. Мальчик пробовал понять, как дошел до такого, но его останавливало чувство страха. Когда я попытался избавить Денниса от напряжения и ощущения безнадежности, вскрылся целый спектр проблем: ужасный, нескончаемый развод родителей, сопровождаемый срывами матери и неспособностью родителей отгородить сына от стресса; продолжительные издевательства в средней школе, связанные с лишним весом; скованность при попытках заговорить с симпатичными ему девушками. Теперь он оканчивал старшую школу, впереди ждала самостоятельная жизнь, однако Деннис был уверен: он не найдет счастья.

Я немедленно поставил перед собой цель — помочь юноше обрести боевой дух и веру в лучшее. Параллельно я поделился с ним своей уверенностью в том, что он будет счастлив, невзирая на ссоры и препирательства родителей. Я пообещал вступиться за него перед родителями и настоять на том, чтобы они проявили любовь и заботу о сыне. Я убедил Денниса: он заслуживает моей помощи, и помог ему вспомнить, что раньше он любил жизнь. Постепенно, отстранившись от перепалок родителей и избавившись от смущения перед сверстниками, он вновь обрел уверенность в себе.

Деннис был умным мальчиком, и его готовы были принять многие из колледжей, в которые он желал поступить. Он выбрал находившийся дальше всех от дома, желая начать жизнь с чистого

листа, однако теперь был намного увереннее в том, что родители будут на его стороне, невзирая на все противоречия в их отношениях.

Здоровое тело

Как научить мальчика заботиться о себе, если общество превозносит и воспевает жертвующих своим здоровьем? Если мальчики осозна́ют, как на самом деле вредны драки, неразумные попытки преодолеть себя и полученные травмы, это будет разрывом шаблона. Родители боятся, будто это сделает их сына «неженкой». Однако на самом деле современные исследования, посвященные развитию навыков, тренировке выносливости и воспитанию отваги, указывают на совершенно противоположное. Как сообщает тренер Джо Эрманн, мальчики, имеющие возможность разобраться в своих чувствах, чаще входят «в поток» и выкладываются на полную. В идеале «товарищеские узы» должны учить мальчиков ценить каждого члена команды — неотъемлемую часть группы, заботиться о товарищах и никогда не бросать их в беде.

Если научить юношу различать положительные и отрицательные стороны спортивной жизни, это поможет ему разобраться в восприятии самого себя как мужчины. Из-за распространенных представлений о мужественности мальчики, отстранившись от своего тела, перестали обращать внимание на боль, постоянно преодолевают себя, играют невзирая на травмы — они уверены, иначе в спорте просто нельзя. И многие понимают под храбростью умение бездумно жертвовать собой.

Важно дать мальчику точное представление о его организме — как о ключевой составляющей его сущности. Отношение к своему телу — умение прислушивается к своим ощущениям и трепет по поводу возможностей — определяет его будущее в самом базовом смысле. Если мальчик осознает предел своих спортивных навыков и выносливости, он нацеливается на непрестанное развитие. Он научится выжимать из себя все возможное, если сначала примет, а затем — расширит свои границы. Мальчик сделает следующий вывод: чтобы быть сильным в этой жизни, нужно не подавлять в себе слабости, а развивать новые способности.

Спортивный социолог Дон Сабо, бывший игрок в американский футбол, который теперь заботится о здоровье мальчиков, советует родителям и другим взрослым настраивать мальчиков против традиционных культурных представлений: «Не

будь врагом своему телу». Он призывает тренеров, наставников и родителей учить мальчиков не гордиться болью, а воспринимать ее как тревожный сигнал. Находясь на трибуне во время спортивных соревнований, лучше прийти на помощь, если мальчику больно, хотя обычно в случае травмы им кричат «Борись!» или «Хватит ныть!»[46].

Устаревшие методы воспитания мальчиков основаны на мнении, будто мальчик справится с трудностями, только если преодолеет боль и пересилит себя. Однако тренер Эрманн и спортивный социолог Сабо в своей работе размышляют, как сформировать характер мальчика. Эрманн в первую очередь напоминает детям о необходимости ценить здоровье и любить товарищей. Его подход учит игроков доверяться чутью и самим оценивать пределы возможностей. Если хвалить мальчиков за то, что они берегут себя, а не призывать их лезть из кожи вон, они научатся лучше чувствовать свое тело.

Чтобы помочь самим родителям избавиться от влияния традиционных представлений о мужественности, я предлагаю прямое руководство к действию в том случае, когда мальчику больно: не отмахиваться от его жалоб и не позволять ему молчать. Вместо этого проявляйте интерес и выражайте обеспокоенность, не важно, насколько травма серьезна. Не удивляйтесь, если поначалу мальчику будет неловко. Он даже может стыдиться того, что требует родительского внимания, чувствуя себя слабаком или нытиком. Однако если мать и отец посочувствуют его боли, попросят рассказать о ней и терпеливо выслушают любые жалобы, мальчик убедится в том, что его чувства действительно имеют значение. Кроме того, он осознает: ему не нужно молчать о своей боли.

Негласное правило, подразумевающее, что тела мальчиков — это «инструменты», которые необходимо совершенствовать и которыми запросто можно пожертвовать во имя победы, противоречит здравому смыслу. Наученные воспринимать свои тела как машины, мальчики перестают заботиться о здоровье. Они оправдывают страдания, ведут себя опрометчиво и не обращают внимания на травмы и проблемы со здоровьем. Как только мальчики начинают относиться к себе как к предмету или инструменту, они перестают сочувствовать чужой боли и страданиям. И намного проще причиняют боль окружающим.

Глава 8
Насилие, травля и уязвимость

Когда мне было четырнадцать и я поступил в девятый класс крупной городской школы для мальчиков, я вскоре понял: мне не подходит такая форма обучения. В средней школе мои отношения с друзьями становились все сложнее. Мы проводили много времени вместе, вдали от родителей. Все чаще ходили на танцы и вечеринки, привлекающие большие компании подростков. Кто-то из моих друзей начал зависать в местном кегельбане, в котором можно было поиграть в бильярд и пообщаться со старшими мальчиками, курившими и более искушенными в жизни. Расширяя свои знания о мире, некоторые из моих друзей начали важничать и прикидываться крутыми. Это было похоже на поветрие.

Когда мы перешли в старшую школу, мои друзья изменились еще сильнее. Они внезапно начали сбиваться в шайки, драться после школы, курить в туалете, пить и принимать наркотики, а также бороться за места в четкой иерархии, согласно которой лидерами становились самые крупные и подлые мальчишки. Во время драк другие мальчики почему-то окружали дерущихся, смеясь и подначивая их. В наш первый год в старшей школе мы с одноклассником, в очередной раз устав от алгебры, затевали одну игру. У нас были жесткие туфли на кожаной подошве, и мы выдумали свою версию «ястребов и голубей»: по очереди пинали друг друга по голени, каждый раз решая, отступить или напроситься на новую порцию боли. Весь год на наших ногах красовались синяки и царапины. Каждый понедельник во время обеда мальчики за нашим столом обсуждали драки, которые по выходным происходили между бандой Двора (названной так в честь места их сбора, школьного двора) и другой бандой, именовавшейся «Первый Штат» (в честь кегельбана «First State» в моем родном городе Уилмингтоне в штате Делавэр).

Весной того года, когда закончились ежемесячные танцы в школе и все пошли к машинам, чтобы направиться домой, возле входа в тренажерный зал внезапно вспыхнула драка, привлекшая внимание толпы. Из-за огромного количества людей я с трудом разглядел нескольких парней из тех, что сидели с нами за одним обеденным столом. Тот, что старше, по словам людей, «ополоумел», он пинал другого мальчика, который лежал на земле и никак не мог отбиться. Оказалось, у второго мальчишки, очень тихого товарища, которого я знал лишь по имени, даже

были общие уроки со мной. Той ночью он умер от черепно-мозговой травмы, полученной в драке.

И хотя мне еще не раз предстояло быть свидетелем юношеской жестокости, той ночью я понял, насколько на самом деле уязвим. Даже не осознав до конца своих чувств, я попросил родителей на следующий год перевести меня в другую школу. Я невольно представил, как поступил бы, окажись я на месте любого из этих мальчиков, — и понял, что совершенно не желаю оказаться в подобном положении.

Дальнейшие годы жизни стерли из моей памяти воспоминания о жестокой юности, в которой все жили по правилу «человек человеку волк». В новой школе трагедии происходили реже, однако среди юношей все равно витал дух авантюризма. Я был свидетелем множества драк, а порой и меня самого пытались втянуть в схватку. Все это скрылось в глубине моей памяти, когда я вырос и решил, что полезным будет отстраниться от воспоминаний юности. Но совсем как безрассудные риски и нездоровые решения определяют отношение мальчика к собственному организму в будущем, так и пережитый опыт насилия играет ключевую роль в отношениях мальчика со сверстниками.

На мальчика определяющим образом влияет как положение жертвы, так и положение обидчика. Согласно национальному опросу 2011 года, проведенному группой ученых из Университета штата Нью-Гемпшир с целью оценить склонность детей к жестокому поведению, к семнадцати годам 70 % подростков хотя бы раз подвергаются насилию, обычно со стороны других молодых людей. Более 60 % опрошенных хотя бы раз становились жертвой за последний год. Более половины признались, что подвергались насилию не единожды; 15 % пострадали шесть и более раз за год. Мальчики в общем и целом чаще подвергаются нападкам (45 % мальчиков и 37 % девочек признались, что становились жертвами насилия), а также сталкиваются с более серьезными травмами в результате. Показатели по количеству физических расправ (каждый четвертый к семнадцати годам хотя бы раз подвергался подобному) и реляционной агрессии[21] (ее жертвой к семнадцати годам становился каждый третий) среди мальчиков демонстрируют, насколько часто им приходится сталкиваться с жестоким отношением[1]. За последний год мальчики намного чаще участвовали в стычках, чем девочки. Согласно исследованию, проведенному некоммерческим центром «ChildTrends» в Бетесде (штат Мэриленд), 28 % мальчиков от четырнадцати до восемнадцати лет подтвердили, что хотя бы раз за последний год участвовали в драке. Показатели различны для

белых и латиноамериканских (27 %), а также афроамериканских подростков (39 %). Кроме того, мальчики чаще подвергаются домашнему насилию.

Из всех убитых возрастом от десяти до двадцати четырех лет 86 % были мужского пола. Убийство — самая частая причина смерти афроамериканских подростков[2]. Каждый год в мире происходит 400 000 убийств, 80 % из которых — убийства представителей мужского пола, причем 97 % убийц также являются мужчинами. Гэри Бейкер, специалист по развитию детей и подростков, а также глава организации «Promundo», объяснил настолько сильную разницу в показателях среди представителей мужского и женского пола: «Чтобы превратить мальчика и мужчину в убийцу, нужно очень постараться… Мужчину почти всегда заставляет убивать страшная травма, унижение, осуждение, социальная изоляция и психологическое давление»[3].

Согласно канадскому ученому и активисту Майклу Кауфману, существует три взаимообусловленных вида мужского насилия: насилие против женщин, насилие против других мужчин и насилие против самого себя. Эта триада отражает процесс адаптации мальчиков к жизни в обществе, которому свойственны унижения и постоянный контроль, — мальчик усваивает эти методы и впоследствии применяет во взаимодействии с окружающим миром, людьми и самим собой. Выучив урок, мальчики стремятся к власти, чтобы управлять другими. Кауфман уверен: мальчик и сам не замечает, как определенный набор действий становится неотъемлемой частью его жизни. Когда мальчик сдается давлению действительности, в нем растет напряжение, а поскольку он всеми силами старается подавлять эмоции, напряжение выплескивается наружу в форме насилия[4]. В отчете, опубликованном организацией «Promundo-US» в 2018 году, обсуждалась связь между традиционным воспитанием мужчин и уровнем насилия. Невзирая на огромные усилия и ресурсы, направляемые на предотвращение насилия, авторы отчета считают: «Что касается профилактики насильственных действий, то до сих пор общество не относилось к данному вопросу с должным вниманием»[5]. Желая открыть дискуссию на данную тему, исследователи выделяют основные культурные процессы, увеличивающие вероятность насильственных действий со стороны мужчин: например, ограничение эмоционального диапазона мальчиков, принятие как данности негласной иерархии среди них и ожидание традиционных проявлений мужественности. Затем в отчете представлен обзор восьми видов насилия: во-первых, чтобы показать, насколько искажены современные представления о мужчинах, а во-вторых, чтобы

подчеркнуть, каким образом юношеская борьба за влияние приводит к каждому из перечисленных видов насилия. Вот эти восемь видов насилия:

- жестокость к сексуальному партнеру;
- физическое насилие, направленное на детей в семье;
- сексуальное насилие над детьми;
- травля;
- убийства и преступления с применением насилия;
- сексуальное насилие над посторонним человеком;
- самоубийство;
- конфликт/война.

Годами ранее писательница Мириам Миедзиан также изучала вопросы, связанные с культурными нормами и насилием со стороны мужчин: она провела беседы с более чем 130 экспертами в различных областях: психологами, социологами, антропологами, политологами, биологами, юристами, государственными служащими и специалистами по коммуникациям, чтобы доподлинно изучить причины жестокого поведения. Из ее изысканий следует: во всем виновны общественные представления о мужчинах. «Многие „мужские“ ценности, например стойкость, властность, черствость и желание доминировать, играют ключевую роль в криминальном и домашнем насилии»[6].

В 1994 году Американская психологическая ассоциация сформировала Комиссию по вопросам насилия и молодежи, чтобы «посредством психологической экспертизы определить, какими причинами вызвано то, что молодые люди все чаще становятся жертвами, свидетелями или инициаторами межличностного насилия». Одним из самых отрезвляющих был вывод: привычка к насилию, приобретенная в детстве, в большинстве случаев сохраняется у людей и во взрослые годы. Авторы отчета пишут: «Соотношение уровня агрессии каждого индивида с уровнем агрессии его сверстников удивительным образом сохраняется с течением лет, а потому с легкостью поддается прогнозу». На самом деле, как заключили исследователи, с годами привычка проявлять агрессию лишь укореняется[7].

Хотя склонность к жестокости определяется событиями, пережитыми в детстве, исследователи предполагают: игра в «войну», столь любимая мальчишками, вносит свой вклад в ситуацию. Отозвавшись на заявления школьных работников о том, что ученики теперь предпочитают более жестокие игры, Диана Левин, педагог раннего развития из Уилокского колледжа,

нашла связь между распространившимся пристрастием к шуточным дракам и решением Федеральной комиссии по связи США ослабить закон о рекламе в 1984 году. В результате появился целый поток рекламы, построенной вокруг «мальчишеских» товаров, таких как линия игрушек «G.I. Joe»[22]. Продавать игрушки помогали образы, пропагандирующие насилие[8]. И пока ученые последних двух десятилетий двадцатого века пытались объяснить эпидемию насилия, психолог из Стэнфордского университета Альберт Бандура занял принципиальную позицию против модных образов «суперхищников» и «негодяев», заявив: «Агрессивными не рождаются. Агрессивному поведению можно только научиться»[9]. Согласно социальной модели обучения, мальчики становятся жестокими, когда наблюдают чужую жестокость, сами подвергаются жестокому обращению и ни дома, ни среди друзей, ни в школах не видят людей, способных держать себя в руках и поступать здраво. Исследователи выделили три вида развития склонности к насилию:

1) открытый, при котором в восемь-двенадцать лет у мальчика постоянно наблюдается агрессивное поведение, а в двенадцать-четырнадцать лет он начинает драться, что впоследствии перерастает в более тяжелые проявления жестокости;

2) ранний конфликт полномочий, представляющий собой открытое неповиновение и упрямство;

3) скрытый, подразумевающий частое нарушение дисциплины[10].

Дальнейшие исследования выявили: если мальчик становится свидетелем насилия, это влияет на его неокрепшую психику. Согласно отчету центра «ChildTrends» от 2016 года, «дети, которых окружает насилие, чаще страдают от проблем в общении, регрессивного поведения, тревожности, депрессии, проявлений агрессии и поведенческих нарушений[11]. Даже насилие в обществе, которого ребенок не видит, как обнаружилось, неблагоприятно влияет на развитие его мозга. К сожалению, в вечерних новостях то и дело рассказывают о массовых расстрелах. Изучив подобные происшествия (в период с 1982 по 2017 год), группа сотрудников журнала «Mother Jones» определила, что восемьдесят восемь из них (то есть все, кроме трех) были организованы мужчинами. Психолог Джеймс Гарбарино из Университета Лойола в Чикаго утверждает: хотя многие наши сыновья и не станут жестокими в будущем, у них точно будут «сверстники, которые испытывают злобу, грусть — и способны

убить». Каждый ребенок ходит в одну школу с мальчиками, способными на насилие. Наблюдение особенно актуально, если дело касается представителей меньшинств — которые чаще всего погибают от чужих рук[12].

Психиатр Джеймс Гиллиган из Нью-Йоркского университета, основываясь на опыте работы с заключенными, утверждает, что мужское насилие порождается скрытым ощущением невыносимости жизни. Он уверен: жестокие мужчины не чудовища, однако они меняются до неузнаваемости, когда теряют человечность в процессе «духовной смерти» и очерствения. Когда Гиллиган только начал работу, его поразило, насколько часто мужчины, прибегшие к насилию, оправдывали себя словами: «Он унизил меня». Получалось, они совершали преступления, чтобы вернуть уважение к себе. Гиллиган объяснил это следующим образом: «Основным психологическим мотивом, или причиной, насильственного поведения является желание предотвратить или облегчить стыд и унижение — болезненные чувства, которые порой невозможно вынести и пережить — и заменить их противоположным ощущением: гордостью»[13].

Как замечает в своем наставительном обзоре городской жизни социолог Элайджа Андерсон, в основе уличного кодекса лежит уважение. Андерсон пишет: «Складывается ощущение, будто каждого из них по умолчанию ни во что не ставят и поэтому они сражаются за малейшую возможность заработать чужое уважение»[14]. По мнению психологов Дэна Киндлона и Майкла Томпсона, ограничение эмоциональной жизни мальчиков заставляет их чаще отзываться на межличностные проблемы жестокостью. Очерствев под давлением сверстников, вынужденные подавлять тонкие эмоции, мальчики могут проявлять лишь «злость, агрессию и эмоциональную отстраненность»[15].

Один юноша недавно поделился со мной тем, какую злость и обиду ощущал, выяснив, что его хороший друг начал встречаться с его бывшей девушкой сразу после того, как он сам с ней расстался. Питер был уверен: его предали и одурачили; он покраснел, напрягся всем телом и не стеснялся в выражениях, рассказывая о произошедшем. Я спросил его, как он желает поступить при встрече с другом на школьной вечеринке в тот же день. Он хотел выбить из соперника всю дурь. По мнению Гиллигана, насилие — это естественная, в извращенном понимании, попытка оправиться от обиды посредством унижения обидчика. «Нет более действенного способа унижения, чем насилие», — писал он[16]. И мальчики, и девочки часто откликаются агрессией на обиду и стыд; тем не менее такие

мальчики, как Питер, прибегают к насилию, которое кажется им по-настоящему «мужским» способом решения проблем.

Уличная жизнь

За последние несколько десятилетий двадцатого века жизнь простых граждан в крупных американских городах ухудшилась. Сложившиеся условия приводят к тому, что дети, особенно из небогатых районов, окружены насилием. Элайджа Андерсон пишет следующее: «Из всех проблем, досаждающих бедному черному населению городов, самой угнетающей является проблема межличностного насилия и агрессии. Это явление ежедневно разрушает жизнь мирных жителей… Молодые люди, всего лишь обитая в городских условиях, особенно часто рискуют стать жертвами агрессивного поведения»[17]. Именно из опасения, как угроза насилия может повлиять на детей, филадельфийский отдел организации «Physicians for Social Responsibility» начал разработку программы для мальчиков младшего подросткового возраста. Изучив нужды целевой аудитории, мы обнаружили: 74 % молодых людей хотя бы раз становились свидетелями насилия, а 48 % — жертвами; 81 % молодых людей сообщали, что их знакомые подвергались насилию с применением огнестрельного оружия; знакомые 75 % становились жертвами других видов насилия.

Нашу группу в первую очередь интересовало, как перечисленные стрессы влияли на развитие самовосприятия у мальчишек. Благодаря исследованиям в относительно новой области — травматического стресса — мы выяснили, что эти угрозы вызывают у человека первобытную реакцию «бей или беги». Когда сильный страх лишает рассудительности, не позволяя мозгу осознать происходящее, человек может отреагировать не самым здравым способом.

Мы решили вмешаться в жизнь подростков, дав им возможность поверить в себя и свои представления о мире. Курс был основан на положительной коммуникации и отношениях, на возможности делиться чувствами — и особенно подробном разборе ситуаций, в которых присутствовало насилие, — а также на формировании новых коллективных норм в противовес уличному кодексу. Группа поддержки личного мнения мальчиков должна была стать ключевой в нашей программе лечения, поскольку для восстановления после травмирующих событий необходимо не просто рассказывать о произошедшем, но и получать должную поддержку.

Исследование, проведенное нами перед запуском программы, показало, что мальчики чаще всего сталкиваются с угрозой избиения. Как сказал четырнадцатилетний Дрю, пусть даже он и пытается «держаться подальше от драчунов», в итоге «бегать вечно все равно не выйдет; ты, конечно, вроде как можешь избежать одной драки, но в течение жизни будет полно случаев, когда отступить не удастся… Так что драться все равно нужно, иначе не научишься защищаться». Каждый из мальчиков, с которыми мы беседовали, мог подтвердить свою точку зрения множеством историй.

Вот, к примеру, рассказ Лоренцо:

> Однажды мы возвращались домой из школы и увидели, как дерутся два пацана. И мы принялись хохотать над проигравшим мальчиком. А он просто показал на меня пальцем и говорит: «Если хочешь что-то сказать мне, скажи прямо». А я ему такой: «Уйди с дороги, а то поколочу». И он как замахнется да как промахнется — и драка началась.

Программы по предотвращению насилия учат мальчиков: чем меньше драк, тем больше достижений. Однако реальность сурова. Мальчики признаются: порой они вынуждены драться, иначе потеряют всякое достоинство и им придется прятаться по углам. Причины и поводы для драк различны: начиная с того, что мальчики могут просто заиграться или начинают выяснять, кто здесь главный, и заканчивая случаями, когда юноша действует на опережение, желая заранее запугать сверстников и обезопасить себя, или прибегает к насилию потому, что жесток по своей сути или кем-то обижен. Наблюдая за учениками городской школы, Энн Арнетт, ассистент профессора в Колледже Смит, заключила: «Драки — это ритуал, в котором мужчины показывают свою силу. Участие в нем, по мнению мужчин и мальчиков, является не проявлением ненормального, антисоциального поведения, а совершенно оправданной демонстрацией своего положения в обществе»[18].

Однако, невзирая на давление сверстников, многие мальчики готовы на все, лишь бы избежать драки. Например, Джейкоб, семья которого была всецело поглощена общественной жизнью его отца-проповедника, старался следовать примеру родителя: «Короче, некоторые люди вроде как плохие и все такое. Но я не играю с ними». Однако насилия со стороны сверстников не избежать. Он описал группу мальчиков, которых встречал по пути в школу и обратно:

Джейкоб: Они много матерятся и кидаются камнями в людей.

Майкл: А в тебя бросали камнями?

Джейкоб: Ага. Они промазали; плохо целились… Я пробовал обходить их стороной; то есть увижу их впереди — и сворачиваю с дороги.

И если Джейкоб пробовал «сворачивать», а Келвин дрался «только когда нет выбора», то Мигель чудесным образом избегал драк, возможно благодаря особенно четко сформулированной точке зрения: «Став постарше, я возненавидел боль. Не знаю почему. Когда я стал еще старше… то начал бояться того, что представляет угрозу или может вызвать боль. Так я в основном и живу до сих пор».

Благодаря мальчикам мы узнали, что ситуации бывают разными и драки всегда сопряжены с противоречивыми нуждами и давлением. Хуан пытался быть «человеком, который не любит драк». Однако ему не всегда удавалось оставаться верным своей позиции:

Вообще-то, я не люблю нарываться на неприятности — пока не доведут. Если меня загнать в угол и не оставить выбора, я начну пробиваться силой. Был один пятиклассник, который постоянно меня травил… когда он попытался зажать меня, я врезал ему — и повалил на землю. А потом не смог остановиться… Учителя пробовали меня оттащить. Но я отталкивал учителей и снова нападал на того парня… Он истекал кровью. Я рассек ему бровь, кровь шла у него из носа, весь рот тоже был в крови.

Мальчики, у которых почти не оставалось выбора и которым недоставало навыков адаптации, отзывались на насилие намного жестче. Например, Теренс был из тех, кто к двенадцати годам успевает поучаствовать чуть ли не в сотне драк; он поделился историей с оружием:

Ко мне просто подошел парень… Он мне не нравился, но я не лез в его дела. А он тут подошел ко мне и спрашивает: «Ну и о чем ты здесь треплешься?» А я ему такой: «Уйди с дороги». И он толкнул меня… И вытащил нож, а я ему такой: «Ну погоди». И такой думаю: «Ну, раз у него нож, я тоже возьму наш из кухни». И когда он снова вытащит нож, я пригрожу ему своим… и пырну его.

Мы беседовали с Брайаном — молодым человеком, считавшим уличные драки обычным делом. Он рассказывал, как дрался за девушек, участвовал в драках между бандами, школьных беспорядках, торговал наркотиками по ночам. Когда его спросили, стреляли ли в него, он ответил: «Нет, но один чувак угрожал мне пушкой». Когда его спросили, использовал ли он когда-нибудь оружие, Брайан ответил отрицательно, однако добавил, что всегда носит «с собой нож».

> Майкл: А сейчас тебе зачем нож?
> Брайан: А вдруг нападет кто или еще что случится.
> Майкл: И что ты уже успел сделать этим ножом?
> Брайан: Ну, я угрожаю им людям. Типа… Слушайте, я не люблю драться, потому что когда дерусь, я, ну, я не люблю драться, но если не буду, то продую. Поэтому я и не люблю драться… И я типа говорю: «Я не люблю драться, чувак», а если человек не отстает, я достаю нож. И он уходит.

Благодаря таким комментариям мы поняли: окруженные жестокостью и часто боящиеся драк, мальчики научились отваживать от себя угрозу, применяя насилие лишь в случае необходимости. Все мальчики — кроткие и грубые; те, кто признавался в своей слабости и носил с собой ножи, чтобы отпугивать обидчиков, — всеми способами боролись за выживание. Группа исследователей из Университета штата Пенсильвания, изучая влияние насилия на развитие городской молодежи, обнаружила: насилие — это «не только нормальная практика для молодых людей, которые живут в опасных условиях, но и опыт, необходимый для выработки психологической устойчивости»[19]. Психолог Говард Стивенсон, работающий в Университете штата Пенсильвания, утверждает, что общепринятое бахвальство — это естественный отклик на осознание своей «крайней уязвимости»[20].

Наша программа позволила нам намного грамотнее, точнее и внимательнее подойти к пониманию того, как на мальчиков влияет постоянная угроза насилия. В частности, мы поняли, насколько мальчики привязываются к тем, кто любит и принимает их. Именно узы помогали им мыслить вне рамок уличного кодекса.

Сильнее всех и злее всех

Травля занимает особое место в жизни мальчиков. Травлей

называют намеренные действия досаждающего характера, издевательства и насилие; она может осуществляться в электронном, письменном, устном виде и включать в себя физическое взаимодействие. В целом 13 % детей от двух до семнадцати лет подвергались физической травле, а 36 % — стали жертвами задир и эмоциональной травли в течение 2013–2014 учебного года. Мальчиков не только травят в два раза чаще девочек; на них также чаще направлена травля физического характера[21].

Школа — основное место для травли. Согласно исследованию некоммерческого Фонда семьи Кайзер, 80 % жертв возрастом от двенадцати до восемнадцати лет сообщали, что подвергались травле именно в школе. Почти 10 % учеников за последний год хотя бы раз участвовали в драке на территории школы, где сложившаяся культура подразумевает преследование тех, кто не вписывается в общепринятые рамки. В таких условиях лидерские позиции занимают самые сильные, самые подлые и самые агрессивные мальчики[22].

Согласно исследованию, посвященному влиянию травли на школьников, 6 % из них пропускали один или несколько дней в школе потому, что боялись издевок. Школьники учатся избегать определенных мест в школе — опасных, «горячих точек», таких как раздевалка, — или определенных занятий, отказываясь посещать какие-либо предметы. Самооценка мальчиков, которых травят, ниже; у них меньше друзей; их обычно считают нерешительными и чужими. Прилюдное осмеяние мальчиков часто содержит обвинения в гомосексуальности. Самая частая реакция на издевки — начало драки. Преследование может не только привести к травмам, вызванным негативными последствиями, но и повысить риск психосоматических заболеваний, депрессии, тревожных расстройств, нарушений сна и проблем с успеваемостью[23].

Два британских преподавателя, Джонатан Салисбери и Дэвид Джексон, в своей книге «Challenging Macho Values: Practical Ways of Working with Adolescent Boys»[23] описывают культуру старшеклассников: «Для многих учеников и студентов повседневная жизнь в школах, клубах и колледжах становится жестоким опытом. Коридоры в перемену, кабинеты, туалеты, велосипедные стоянки — все эти места вызывают тревогу и страх». По мнению исследователей, школьная травля показывает «взлеты, падения и борьбу, которые необходимы мальчикам, желающим воспитать в себе мужественность». Салисбери и Джексон добавляют: «Власть и уязвимость в жизни мальчиков связаны друг с другом — это видно по тому, как каждый из них

боится выдать свое волнение, зависимость и слабость»[24].

К сожалению, преследование может привести к серьезным проблемам, таким как плохое поведение, проблемы в отношениях и на работе, а также алкогольная и наркотическая зависимость. Миролюбивость жертвы только усугубляет ситуацию. Исследователи обнаружили, что там, где практикуется травля, работают принципы дарвинизма: если мальчик выглядит слабым, другие попытаются его задавить. Если он показывает силу, его будут трогать реже.

Что делать с юношеской жестокостью

Юношу повсюду окружает жестокость. Открытая — в виде драк и травли, менее явная и происходящая фоном; в любом случае он отовсюду чувствует угрозу. Почти любое его взаимодействие с другим мальчиком может обернуться тем, что он окажется «недостаточно» мужественным, не подходящим группе или клубу; его могут обвинить в неприемлемом для мужчины поведении; кто-то может избрать его мишенью для издевательств. В конце концов мальчики привыкают всегда жить в бессознательном страхе, что их осудят, начнут запугивать, критиковать или применят к ним силу. Опыт юношества влияет на то, как мальчик воспринимает себя, свое поведение и поступки. Мальчик, боящийся стыда, боящийся повести себя «не как мужчина», обычно одним из первых стремится обвинить других мальчиков в этих же грехах.

Живя в страхе, окруженные жестокими мужчинами, мальчики не выдерживают и взрываются откровенной враждебностью, агрессией и желанием причинить боль — когда бурлящие чувства переливаются через край. Социолог Бретт Штаудт из Городского университета Нью-Йорка провел тщательное исследование среди старшеклассников. Как он обнаружил, большая часть молодых людей постоянно сталкивается с грубостью, им приходится смиряться с необходимостью доказывать свою силу и состоятельность и они отрекаются от себя во имя общественной иерархии, существование которой подпитывается беспощадной конкуренцией и ощутимой угрозой извне. Штаудт заключил: «Насилие, возможно, самая яркая и редкая крайность в поведении; тем не менее к ней близятся более слабые формы насилия, которые считаются приемлемыми для мужчин и каждый день имеют место в школах»[25].

Программы по борьбе с насилием обычно нацелены на помощь конкретным группам риска. Но до тех пор, пока юноши

не перестанут ежедневно делиться на «своих» и «чужих», насилие будет применяться то там, то тут, тем или иным способом и распространяться повсюду. Такие исследователи, как Штаудт, подтверждают то, что родители любого ученика средней школы знают не понаслышке: любая вспышка чрезвычайной жестокости происходит после тысячи мелких тычков со стороны сверстников. Как сообщает отчет организации «Promundo», «нормы мужественности влияют на то, насколько часто мужчины и мальчики подвергаются насилию или прибегают к нему»[26].

К счастью, большинство мальчиков с возрастом избавляются от жестоких и антисоциальных настроений. Хотя они часто бывают агрессивны — одно исследование показало, 35 % мальчиков в предыдущем году хотя бы раз вели себя агрессивно, — большинство впоследствии избавляются от этой привычки. К сожалению, не все. На небольшое количество людей (5 %), преимущественно мужского пола, приходится половина серьезных актов насилия[27].

Если общество и правительство желают принять меры в отношении всплеска мужской жестокости, следует воспринимать ситуацию как эпидемию, угрожающую здоровью граждан. Обстоятельства настолько ужасны, что необходим медицинский подход. Он включает в себя три уровня: первичный, вторичный и третичный.

Общество, школа и семья: первичная профилактика

В 2013 году Центры по контролю и профилактике заболеваний США опубликовали пакет мер, направленных на предотвращение насилия и рискованного поведения в молодежной среде. В пакете Центр связал откровенные проявления жестокости с риском хронического стресса. В кратком изложении рекомендовался подход, который как обращается к факторам риска, так и предлагает защитные меры. Была создана уйма программ, направленных на то, чтобы отвадить мальчиков от уличной жизни, особенно после уроков, когда и происходит больше всего актов насилия. Программы курируются церквями, ближайшими некоммерческими организациями, а также национальными организациями, такими как «Boy Scouts» и «Boys & Girls Clubs of America». Они открывают кружки по интересам, проводят индивидуальные консультации, помогают приобрести новые навыки, повысить успеваемость и заинтересованность в учебе, однако в первую очередь обращают внимание на построение здоровых взаимоотношений. Как сообщили Центры по

контролю и профилактике заболеваний США, «общение с заинтересованными в них взрослыми, а также родителями и опекунами влияет на поведение молодых людей, из-за чего они реже совершают преступления и прибегают к насилию»[28].

Социально-эмоциональное обучение обрело большую популярность во многих школах потому, что оно позволяет предотвратить насилие со стороны учеников. Школьники, которых научили держать себя в руках и налаживать отношения с людьми, обучавшиеся по программе, нацеленной на воспитание адекватной самооценки, решение социальных проблем, привитие упорства, эмоциональной грамотности и так далее, намного меньше склонны к антисоциальному поведению. Существует мнение, что умение выстраивать межличностные отношения отвращает мальчиков от агрессивного подхода к борьбе с разочарованием или конфликтами. Согласно отчетам, одна из таких программ, «Steps to Respect», за два года снизила уровень травли и издевательств среди школьников на 30 %[29].

Здравая система правил, принятая в рамках класса, учит мальчика: за издевательства над другим школьником последует наказание. Программы, позволяющие наладить отношения между сверстниками и разрешить любой конфликт, возникающий в их среде, помогают мальчикам правильно общаться с ровесниками, избавляясь от нарастающего напряжения и агрессии посредством обыденных, устных взаимодействий. Некоторые молодые люди, для которых запугивание и насилие в порядке вещей, уже не поддаются перевоспитанию. Слишком увлекшись системой нравов, распространенной среди их сверстников, они не реагируют на попытки приучить их к здоровой социальной жизни. С ними нужно вести себя строго и ясно озвучивать как свои ожидания, так и возможные последствия их жестоких поступков — другими словами, мальчиков следует хорошенько встряхнуть и привести в чувство. Если программы, направленные на развитие жизненно важных навыков, объединить с суровой политикой по профилактике насилия и травли, это позволит распространить здоровые нравы и предотвратить внезапные проявления жестокости.

Когда-то я работал в школе, где давно сложилась традиция дедовщины. Она была частью школьной культуры, целые поколения молодых людей проходили через нее. Система давала преимущество старшеклассникам и была необходимым ритуалом для «новичков». Ее смысл якобы заключался в том, что мальчики преподавали друг другу важные уроки мужества: например, старшие учили младших проявлять уважение к тем, кто выше в иерархии, и терпеть грубое отношение с их стороны. Однако

сотрудники школы в конце концов осознали: эта традиция — пример плохого обращения с учениками, она вредит репутации учебного заведения. Семьи были всеми руками и ногами за отмену дедовщины, и впоследствии количество учеников, пропускающих занятия, а также второгодников резко сократилось. Школа сумела осознать масштаб проблемы и применить ряд мер для ее решения. Завершилось все запретом администрации на любые проявления дедовщины, — за учениками пристально наблюдали и строго наказывали за нарушение запрета. Школа взялась за дело со всей серьезностью. Тем не менее понадобились годы, чтобы старшие мальчики перестали травить младших. Новички поступали в школу с осознанием того, что впоследствии их ждет награда в виде возможности издеваться над другими мальчиками.

Программы по борьбе с травлей внедряют различные школы, поскольку именно там дети преследуют друг друга чаще всего. Однако некоторые подходы к данной проблеме работают лучше других. В кратком обзоре исследований, посвященных различным подходам к борьбе с травлей, опубликованном в 2013 году, организация «ChildTrends» предлагает три основных положения. Во-первых, программы, нацеленные на родителей и обучающие их тому, как лучше всего разговаривать с детьми о травле, имели широкий успех. Во-вторых, подход, нацеленный на всю школу — обучение педагогического состава тому, как включать основные принципы программы в свои занятия и расписание в течение года, — также оказался довольно эффективным. Объединение двух вышеперечисленных подходов повышало эффективность каждого из них. В-третьих, программы социально-эмоционального обучения, в том числе и направленные на развитие конкретных навыков (например, эмпатии или умения принимать решения), приводили уже не к столь ярко выраженным результатам. Если снабдить мальчиков социально-эмоциональными навыками и при этом не обратиться к нормам мужественности, которыми пропитана школьная культура, последний подход бесполезен.

Когда сотрудники школы борются с травлей, мальчики чувствуют себя увереннее — даже если одноклассники упрямо пытаются изводить друг друга. Когда учитель или представитель администрации школы поддерживает свои намерения действиями, мальчики видят заботу. Самый действенный подход к пресечению травли — сначала полноценно изучить противоречивую культуру в школе и выявить все проявления нетерпимости, приводящие к жестокому обращению со сверстниками. Если школе удается справиться с травлей, она становится райским островком ответственности в океане

испорченных нравов общества.

Травля также случается в летних лагерях. Детский психолог Боб Диттер предлагает директорам лагерей и воспитателям трехсторонний подход, который описывает в интернет-журнале «Camps» (выпускаемом под руководством Американской ассоциации лагерей). Согласно данному подходу, чтобы помочь жертве, следует организовать позитивное общение среди сверстников и вселить в мальчиков уверенность; также следует учить детей распознавать поведенческие сигналы и верно реагировать на них. Чтобы остановить задиру, следует пресекать любые словесные и физические нападки с его стороны и параллельно учить мальчика направлять разочарование в более здоровое русло. Наконец, чтобы в коллективе сохранялась гармония, свидетели травли должны поддерживать жертву и напоминать: она остается частью коллектива[30].

Однако что бы ни делали различные сообщества и школы, им вряд ли удастся целиком и полностью искоренить зло, принесенное из семьи. Мальчики подвергаются домашнему насилию, отчуждению или преувеличенно «мужественному» воспитанию. Как считают исследователи из Центров по контролю и профилактике заболеваний США, «семья, живущая в нестабильной и стрессоопасной атмосфере, в которой не хватает дисциплины и никто не уделяет никому внимания, члены которой не связаны друг с другом крепкими узами и не способны общаться, которая грубо обращается с детьми или ни в чем их не ограничивает, распространяет насилие среди молодых людей»[31]. Чтобы предотвратить насилие, важно помочь родителям наладить отношения со своими сыновьями, научить устанавливать границы поведения и прививать мальчикам дисциплину.

Я часто слышу от родителей жалобы на то, что их сын плохо относится к младшему брату или сестренке. Учитывая, насколько самовосприятие мальчика может быть искажено из-за несправедливого к нему отношения, я всегда советую родителям вмешиваться в жизнь сына, если он проявляет враждебность к братьям или сестрам. Травля и жестокость со стороны ребенка могут указывать на конкуренцию за ограниченное внимание и заботу родителей. Когда мальчик нарушает правила поведения «старшего брата» — которые требуют от него заботы по отношению к младшей сестре или брату, — это означает, его снедают какие-то сильные эмоции.

Во время встречи руководителей программы консультаций среди сверстников ДаСин рассказал о своих отношениях с младшим братом. Он сказал, его брат — самый важный человек в его жизни и он посвящает много сил и времени тому, чтобы

воспитывать и направлять его. Он рассказывал о братишке со слезами на глазах; тогда я понял, насколько ДаСин любит малыша и что отношения приносят равную пользу обоим, ежедневно помогая стать лучше.

Однако в другой семье все было иначе: проблемные отношения с матерью привели к тому, что Дэвид страдал от одиночества, злости, отчаяния и раздражения. Он убедил себя, будто его сестра «тупая» и «противная», дабы оправдать негодование, вскипающее при общении с ней. Присвоив себе право на плохое обращение с сестрой, которая самым невинным образом обожала его и ждала любви в ответ, Дэвид перестал ощущать себя жертвой и превратился в могучего обидчика. Однако жестокое обращение с сестрой не приносило ему облегчения. Более того, его отношения с матерью не становились лучше, в то время как жизнь его сестры постоянно была под угрозой. Узнав об этом я понял, насколько он разочарован собственной нетерпимостью и жестокостью, Дэвид признался, что ему стыдно.

Советы для мальчиков, которые вот-вот перейдут границу: вторичные методы вмешательства

Вторичный уровень вмешательства подходит для мальчиков, у которых наблюдаются агрессия, плохое поведение и жестокость. Эти молодые люди привыкают к агрессивному поведению, поэтому необходимо пресечь его проявления и изменить направление развития мальчиков. Преимущество вторичных методов заключается в том, что они эффективны, предназначены специально для нуждающихся в помощи и быстры в применении. Например, молодежные программы по переориентации позволяют заранее выявить тех, кто без профилактики, вероятно, попадет в руки сотрудников по делам несовершеннолетних, назначить им наставников и определить подростков в специальные группы для консультаций. Все больше образовательных программ в школах сосредоточиваются на нравственности, умении разрешать конфликты и гасить проявления агрессии. На вторичном уровне программы могут носить как индивидуальный, так и групповой характер, в зависимости от ситуации. Одна школа практиковала пристальный надзор за группой семиклассников, у которых обнаружились предпосылки к нездоровому развитию; программа подразумевала необходимость в первую очередь хвалить учеников за хорошее поведение. Ученики в группе изменились в лучшую сторону, и эффект сохранился даже через пять лет после

завершения программы.

Однако некоторые модели не оправдали ожиданий. Например, многие программы по переориентированию не исправили мальчиков, уже вставших на преступный путь. По словам исследователей, ошибка подобных программ в том, что они не предлагают конкретного подхода к проблемам, а также определенных целей и методов, а для успеха необходимы теоретическая точность и четкий набор инструментов. В рамках одного интересного научного исследования молодых людей определяли в одну из шести групп для лечения, причем в двух группах на самом деле не практиковалось вмешательство. Результаты в тех группах, где проводилось полноценное лечение, были намного выше, чем в группах, не получавших помощи, и каждая из примененных моделей улучшила отношения и поведение участников. Уделяя особое внимание и оказывая поддержку мальчикам, сбившимся с верного пути, в частности обучая их справляться с собой и общаться с другими, можно многое изменить.

Также получают распространение методы влияния на проблемного мальчика через семью. Если научить родителей организовывать жизнь своего ребенка, поддерживать его в эмоциональном плане и создавать вокруг него безопасные условия, удастся подобраться к корню межличностных проблем, которые вынуждают мальчика совершать ошибки. Некоторые дети рано, еще до школы, привыкают к агрессии и жестокости, что обусловлено нездоровыми взаимоотношениями с родителями. Воспитание детей и методы поддержки дисциплины, передающиеся из поколения в поколение в рамках семьи (невзирая на то, что дети каждый раз клянутся не повторять ошибок родителей), порой требуют вмешательства извне. Мифы о том, в чем нуждаются мальчики и как их следует воспитывать, живы по сей день, невзирая на здравый смысл.

В докладе о вторичных методах вмешательства, подготовленном Комиссией по вопросами насилия и молодежи, сформированной Американской ассоциацией психологов, заключено следующее: «Поскольку умственные процессы, определяющие жестокое поведение, как кажется, усваиваются детьми в раннем детстве, привычны им по природе и тем не менее в перспективе поддаются попыткам их изменить посредством прямого вмешательства, программы лечения, призванные повлиять на эти умственные процессы, должны привести к долгосрочным изменениям в поведении»[32].

Как обращаться с агрессивными и жестокими мальчиками:

Третичные методы подразумевают полноценное лечение, обычно в формате тет-а-тет. Когда я работал в предприговорном отделе семейного суда в штате Делавэр и консультировал судей по поводу мальчиков, за которыми уже числились правонарушения, мы оценивали, сможет ли мальчик в дальнейшем измениться. Мои беседы с мальчиками помогали понять, что привело их к асоциальному поведению и что они думают по поводу избранного ими пути; я долго слушал и осторожно вставлял комментарии. В зависимости от заинтересованности мальчика в беседе, судья принимал решение — обычно в пользу тех, кто, судя по поведенческим признакам, готов был измениться.

Разница между программами раннего вмешательства в жизнь мальчиков, действия которых внушают опасения, и подходом, уже попавшим в неприятности почти незаметна. Обычно мальчика к той или иной категории относит работающий над его поведением, однако на решение еще влияет то, что именно понимается под неправильным поведением. Например, когда я только начинал карьеру, учительница пятых классов в филадельфийской католической школе попросила меня о встрече, чтобы обсудить одного мальчика из ее класса. Едва я зашел в кабинет после уроков и сел за парту напротив ее стола, она перешла к рассказу об этом мальчике.

Я осознал: чтобы понять, почему преподавательница обратила внимание на конкретного ученика, я должен понять, чем именно этот ученик выделяется на фоне остальных. Когда она описывала Пита, которого, очевидно, обожала, на глаза у нее навернулись слезы, и она молча заплакала. Я спросил, что именно ее тревожит, и она ответила: этот мальчик — такой активный и способный лидер — начал двигаться в опасном направлении. «Я не хочу, чтобы он был таким же, как мужчины в Кенсингтоне», — наконец призналась учительница, имея в виду представителей рабочего класса, в окружении которых выросла сама; многие семьи по соседству выпивали, погрязли в насилии и стереотипном мышлении.

Она была права насчет Пита, на которого как раз начали давить правила улицы. Как только я понял, о чем речь, я осознал: нужно противопоставить что-то уличным соблазнам — а именно взаимоотношения, в которых Пит мог бы вновь стать собой и честно признаться себе: в последнее время он движется в неверном направлении. Пита очаровали возможности, открывшиеся в компании сверстников: ему хотелось

популярности, волнительного опыта, поддержки, забав и приключений. Однако с каждой новой встречей со мной подросток все яснее понимал, куда все идет и насколько это не совпадает с его личными желаниями. Я помог ему осознать свои истинные предпочтения, чтобы в дальнейшем Пит мог избегать минутных соблазнов.

Изучая мальчиков, прибегавших к насилию, психолог Джеймс Гарбарино из Университета Лойола в Чикаго описывает их как «потерянных», лишенных сострадания. Согласно его рекомендациям, чтобы мальчик вновь стал человечным, ему необходима опора в жизни: «Подобные ценности и взаимоотношения… защищают его от губительного влияния общества, давления сверстников, насилия в средствах массовой информации и вопиющего материализма, которым пропитана наша культура». Опорой могут стать «взрослые, которые безусловно поддерживают ребенка в его развитии»[33].

Мальчик, применяющий насилие, не думает, а реагирует. Его сердце переполняют чувства, и мальчик срывается. Оправдывая свое поведение надуманными причинами, он уверенно отворачивается от чужого сострадания. Однако чем надежнее поддержка, предоставленная мальчику, тем сильнее на него влияет точка зрения человека, здраво оценивающего ситуацию, и тем реже мальчик выходит из себя. Наладив отношения с мальчиком, родители и учителя смогут одергивать его, когда он примется оправдывать жестокие или эгоистичные действия.

Обращаясь к общим проблемам юношества, нужно сомневаться в тех видах семейной, школьной и общественной культуры, которые проповедуют преувеличенную мужественность. И в первую очередь демонстрировать это на собственном примере. Отец, отвечающий на обиду вспышками злости и эгоизма, учит мальчика исключительным преимуществам силы и возможности вымещать обиду на других. Мальчики могут подумать, что лучше не выражать свои чувства напрямую, а «срываться» или «скрываться» — то есть направлять негативные эмоции на окружающих или на себя соответственно. Если мальчик ни с кем не может быть честным и уязвимым, он причиняет боль другим — потому что сам испытывает боль.

Даже когда захлестывают эмоции, мальчик способен их контролировать. Если мужчина, особенно сильно уважаемый мальчиком, справляется с обидой и не боится показаться слабым, он станет примером того, как настоящий мужчина должен переживать страх, разочарование или боль. Этот пример впечатлит мальчика на всю жизнь. Учитель или тренер в свою очередь преподаст важный эмоциональный урок, если, потеряв

терпение во время занятия или тренировки, затем извинится перед ребенком. Для мальчиков, которые пытаются сопротивляться культурным нормам, одобряющим мужское насилие, такие примеры спасительны.

Глава 9
Игрушки современных мальчиков

Однажды за ужином друг рассказал мне о своем двадцатитрехлетнем сыне, Алексе, который хотел работать сценаристом в Лос-Анджелесе. Стремясь к успеху, Алекс целыми днями писал, воспитывая в себе максимальный уровень дисциплины. Он разбивал день на несколько промежутков, в течение которых сосредоточенно работал, и делал между ними небольшие перерывы. В двадцати-тридцатиминутные перерывы Алекс заходил в любимую компьютерную игру и погружался в действие до самого конца перерыва. Игры занимали центральное место в жизни Алекса ещн с детства. Они со старшим братом жили в разных частях штата, однако состояли в одной команде геймеров и даже вместе посещали ежегодный чемпионат.

В рассказе друга мое внимание в первую очередь привлекло то, что игра — ключевой элемент повседневности его сына. Друг объяснил: Алекс нечасто встречается с людьми в реальности — он отдыхает и общается со своим братом, а также с иными «друзьями» в мире виртуальной реальности. Он научился распределять свое время и все еще сохраняет связь с живыми людьми благодаря возможностям, предоставляемым интернетом. То, что и Алекс, и его брат — юноши, одинаково увлеченные играми, и ведут напряженную, продуктивную жизнь, не совпадение. Технологическая революция, произошедшая за последнюю пару десятилетий, добавила новые особенности к уже привычным нам сторонам мальчишеской жизни.

Во время недавнего семинара для родителей я делился историями о распространенных, но непростых проблемах воспитания: о мальчике, которого травили, о мальчике, который отдалился от семьи и ступил на рискованный путь, и так далее. Одна история касалась того, как мальчики взаимодействуют с социальными сетями, тема животрепещущая. Я говорил о ребятах, которые становятся зависимыми от телефонов, компьютеров и видеоигр; которые общаются с людьми исключительно через интернет; которые используют Instagram, Facebook, Twitter и различные сайты таким образом, что родители приходят в ужас, — после чего началась горячая и взволнованная дискуссия.

Несколько родителей заметили, насколько важно ограничивать время, проводимое ребенком за компьютером; другие рассказывали, как, например, забирают у детей телефоны во время обеда. Увлеченность мальчиков гаджетами очень

беспокоила родителей. Согласно исследованию, проведенному Исследовательским центром Пью в 2015 году, почти половина родителей переживает, что их ребенок проводит слишком много времени в интернете[1]. Однако родители мальчиков переживают сильнее. Согласно результатам исследования гейминга от 2004 года, «игроки женского пола намного реже становятся геймерами, тратят на игры меньше времени, а также не пользуются видеоиграми как руководством для социального взаимодействия, в отличие от игроков мужского пола»[2]. По результатам еще одного исследования, игроки мужского пола тратят на 300 % больше времени на игры, чем игроки женского пола[3]. В 2014 году исследователи обнаружили: игроки мужского пола в неделю в среднем тратят на тринадцать часов больше на свое увлечение (от тридцати до сорока трех часов)[4]. Подобное расхождение между показателями среди представителей разных полов привело к формированию стереотипов о геймерах мужского пола, невзирая на то, что представительницы женского пола тоже все больше времени тратят на игры.

Благодаря обратной связи стереотипы о геймерах повлияли не только на игроков, но и на разработчиков игр. Один исследователь разделил игры на два типа: «хардкорные», в которых больше насилия и которыми чаще увлекаются мальчики и мужчины, и «казуальные» наподобие «Candy Crush Saga»[24], чаще привлекающие девочек и женщин. В хардкорных играх не только меньше женских персонажей — когда они там появляются, то обычно выглядят чрезмерно сексуально и стереотипно. Критика гендерной подоплеки в играх привела к возникновению геймергейта — масштабной дискуссии, в рамках которой молодые влогеры с YouTube разглагольствовали о «видеоиграх, разработанных мужчинами и для мужчин»[5].

Это мнение до сих пор живо, хотя в разработке игр все чаще участвуют женщины. Согласно опросу, проведенному Исследовательским центром Пью в 2015 году, одинаковое количество мужчин и женщин увлекаются видеоиграми. Однако тот же опрос показал: игроки мужского пола в два раза чаще называют себя геймерами, а 60 % участников уверены: в видеоигры чаще играют представители мужского пола[6].

Однако, и тому существуют доказательства, молодое поколение видит все иначе: несколько опросов, проводимых с 2014 года, показали, что юноши не согласны со стереотипным представлением о геймерах. Розалинд Уайзмен, автор книг «Queen Bees & Wannabes» и «Masterminds and Wingmen», в 2014 году в исследовании 1400 учеников средней и старшей школы изучила, насколько мифы, продвигаемые различными

индустриями, влияют на укоренение традиционных гендерных представлений. Группа ученых под ее руководством пришла к трем неожиданным выводам. Во-первых, мальчики отрицали, что женские персонажи в играх выглядят как секс-объекты. Во-вторых, пол главного персонажа в игре не влияет на то, какого героя выбирает мальчик. И, наконец, девочки играют в самые разные игры, в том числе и в шутеры от первого лица и спортивные симуляторы[7].

Тем не менее обратная связь, которая влияет на выпуск игрушек, маркетинг и потребительский спрос, якобы демонстрирует традиционные представления. В 2016 году в Белом доме прошла пресс-конференция, посвященная вопросам гендерных стереотипов в сфере коммуникаций. Причиной ее организации стало следующее: «Мы знаем, что на интересы, мечты и навыки детей в раннем возрасте начинают влиять средства массовой информации, а также игрушки — это определяет не только развитие представителей нового поколения, но и нашу экономику — на десятки лет вперед». Во время вступительной дискуссии я предположил: не мальчики виноваты в «мальчишеской» жизни. На них влияют товары и средства массовой информации.

К сожалению, сейчас товары и СМИ пропитаны гендерными стереотипами как никогда сильно. Даже несмотря на успешную борьбу за равенство полов, маркетинг упрямо строится на мнении об их коренном различии. Исследователи сравнили сайты компании «Disney» и каталоги компании «Sears»[25] и заметили, что гендерному цветовому коду сейчас уделяется намного больше внимания, чем пятьдесят лет назад. На мальчиков нацелены фигурки и костюмы героев; девочек же наряжают в принцесс и предлагают им игрушки более пассивного плана. В 2012 году психолог Кристия Спирс Браун из Университета Кентукки заметила, как «LEGO» расширила целевую аудиторию и запустила продукцию специально для девочек. Появились наборы с розовыми и фиолетовыми деталями, а также схемы, позволяющие построить кухню, парикмахерскую или торговый центр[8].

Во время пресс-конференции в Белом доме производители игрушек утверждали: они выпускают продукцию, основываясь на оценке рыночного спроса. Они рассказали об опросах, показывающих: с 1970-х годов мнение о существенной разнице между полами стало лишь популярнее. Однако вряд ли на основе изысканий оправданно делать вывод, будто родители предпочитают товары, ориентированные на конкретный пол. Социолог Элизабет Суит из Университета штата Калифорния в Сан-Хосе пишет: «Мы полагаемся на гендерные категории, ведь

нам их навязывают: изучая результаты исследований за последние сорок лет, я не сумела обнаружить ни одного доказательства тому, что гендерные различия между товарами являются результатом потребительского спроса»[9].

Товары и маркетинговые кампании, основанные на гендерных стереотипах, на самом деле не соответствующих предпочтениям целевой аудитории, становятся опорой тех, кто активно поддерживает заблуждения. Еще до рождения ребенка родители обычно очень хотят знать его пол. По словам Браун, как только малыш рождается, их «одержимость половой принадлежностью» лишь усиливается. Первая одежда младенца обычно соответствует его гендерному цветовому коду; узоры на ползунках ясно указывают на половую принадлежность. Как пишет Спирс, «с самого начала каждая наша покупка имеет гендерный окрас. Даже нейтральные товары, которые нравятся как мальчикам, так и девочкам, например велосипеды, выпускают в двух версиях: одна — это пастельная версия, обычно розового или фиолетового цвета, и другая — яркая, обычно красная или синяя»[10].

Дети прекрасно видят, какое значение близкие им взрослые придают половой принадлежности. Игры помогают им обучиться соответствующей гендерной роли. Девочки чаще пересекают гендерные границы в играх. Мальчики же в подобных случаях сталкиваются с более суровыми последствиями. Жизненно необходимо понимать, какие игрушки создаются для мальчиков, как они выглядят, как их рекламируют и как они влияют на жизнь мальчиков. Однако это сложный вопрос.

Технологии и развитие мальчиков

В 1960-х годах канадский культуролог Маршалл МакЛюэн распространил влияние представлений о «самовосприятии по принципу зеркала» на исследование средств коммуникации. Его известное высказывание «Средство коммуникации является сообщением» — о том, что на мышление и отношения влияет не только содержание книг, телепередач, а в наше время — и социальных сетей, но и сама форма коммуникации[11]. Если рассматривать современное поколение как «цифровых аборигенов», привыкшим к видеоиграм и социальным сетям и «совершенно иным образом воспринимающим действительность», становится ясно, почему были обеспокоены родители, пришедшие на мой семинар. Сегодня 92 % подростков ежедневно выходят в сеть — а 24 % «почти всегда» онлайн — и буквально *живут* в

киберпространстве[12].

В частности, согласно Ли Рейни и Джанне Андерсон из Исследовательского центра Пью, цифровое поколение отличается от предков своей привязанностью к мобильным устройствам. Сейчас, когда я выхожу в комнату ожидания, чтобы поприветствовать следующего посетителя, он обычно сидит, склонившись над смартфоном, и играет, или переписывается с кем-то, или делает и то и другое одновременно. Когда мальчики рассказывают мне, что «поговорили» с другом, они подразумевают обмен текстовыми сообщениями; когда они говорят о «друзьях», они часто имеют в виду людей, которых знают только по никнеймам. Согласно недавнему отчету Исследовательского центра Пью, 57 % подростков имеют хотя бы одного интернет-друга[13].

Не только родители желают понять, как сильно технологии влияют на развитие их сыновей. За последнее время было опубликовано множество книг по данному вопросу. К сожалению, мнения расходятся. Интернет-гуру Стивен Джонсон, автор книги «Everything Bad Is Good for You: How Today's Popular Culture Is Actually Making Us Smarter»[26], смотрит на ситуацию оптимистично: по его мнению, современные средства коммуникации созданы специально, «чтобы способствовать развитию мышления». Поскольку игры приводят в действие систему вознаграждения в мозгу, они надолго удерживают игрока и позволяют ему на практике научиться искать информацию, принимать решения, расставлять приоритеты, работать сообща, выполнять несколько задач сразу и так далее. Если новые технологии не призывают к глубокому пониманию происходящего, они вовлекают реципиента в сложные миры, обучая разным способам познания и общения[14].

Однако другие авторы пришли к более мрачным выводам. Психолог Филип Зимбардо из Стэнфордского университета открыто осуждает «деградацию мальчиков», в основном вызванную их зависимостью от видеоигр и порноматериалов. Он указывает на увеличение количества нелюдимых детей, склонных к социальной изоляции, и винит в происходящем нейробиологические процессы, вызванные влиянием высокостимулирующего контента; Филип Зимбардо называет это явление «зависимостью от возбуждения» и считает, что оно задерживает развитие мальчиков. По мнению Зимбардо, дети больше времени проводят в сети, чем в школе. Ученый связывает излишнюю увлеченность порнографией и видеоиграми со снижением успеваемости, ожирением, социофобией и ростом популярности психостимуляторов и уличных наркотиков[15].

Психолог Говард Гарднер из Гарвардского университета призывает не судить цифровое поколение строго. Гарднер вместе с Кэти Дэвис с 2008 по 2012 год проводили исследование, в рамках которого беседовали с преподавателями и подростками Соединенных Штатов и Бермудских островов на тему современных технологий. Ученые заключили: молодые люди, ставшие совершеннолетними уже после проникновения в нашу жизнь цифровых технологий, изменились под влиянием ИТ: их «образ мышления, личность, воображение и поведение перестроились». Гарднер и Дэвис внимательно изучили развитие подростков в трех областях — самоопределения, близких взаимоотношений и воображения, — чтобы описать данные изменения. Например, если говорить о восприятии себя, цифровое поколение сильнее «открыто новому опыту»; это приводит как к появлению новых возможностей, так и к возникновению новых проблем[16].

С одной стороны, Гарднер и Дэвис уверены: открытость новому опыту воспитывает в представителях цифрового поколения свободу от предрассудков и терпимость к различиям, а также предлагает им множество способов самовыражения. Но, поскольку современные молодые люди постоянно на виду у аудитории, как никогда широкой и придирчивой, они все время следят за имиджем, что мешает им быть собой. Выставляя напоказ свою личность, подростки могут убедить себя, будто важнее создавать нужный аудитории образ, нежели заниматься познанием своей истинной сути; это приведет к самолюбованию. Говоря о влиянии цифровой эпохи на отношения, творчество и воображение, Гарднер и Дэвис предупреждают: «Сформированное приложениями сознание работает в рамках этих приложений: подростки уверены, существуют конкретные способы достижения любой цели»[17].

Киберпространство, в котором обитают мальчики, влияет на содержание и структуру их жизни. Например, меняется отношение ко времени: согласно профессору Шерри Теркл (Инициатива технологий и личности, Массачусетский технологический институт), возможность всегда быть на связи «идеально подходит для тех, кто постоянно занят или слишком много работает». Теркл замечает: отношения упрощаются, и традиционные представления о сепарации ради формирования собственной личности — этапе детского развития, изменились. Так, один мой юный посетитель страдал тревожностью и боялся оставаться в одиночестве; у него была девушка, с которой он связывался через FaceTime. Порой, отправляясь спать, они оставляли свои веб-камеры включенными на всю ночь, чтобы он

не боялся[18].

Сила влияния технологий на развитие человека впечатляет. Теркл изучает «историю развития технологий» и прослеживает эволюцию различных устройств начиная с 1980-х годов, сквозь 1990-е и вплоть до возникновения нового явления — личности, живущей технологиями. Устройства стали продолжением личности для подростка; взрослым уже не понять, насколько мышление детей переплетено с новыми средствами самовыражения. Молодые люди подстраивают общение под текстовые сообщения, фотографии в Instagram, селфи, твиты и посты в Facebook, и их мышление меняется в соответствии с этими средствами связи. Поэтому развитие личности зависит от цифровой среды, в которой она обитает; в каждой среде свои требования, трудности и меры поощрения. Теркл поддерживает волнение родителей по поводу новых источников влияния: «Если вы проводите три, четыре, пять часов в онлайн-игре или в виртуальном мире (а такая увлеченность встречается крайне часто), вы на протяжении того же времени отсутствуете в действительности. А в этой действительности обычно обитает ваша семья и друзья»[19].

Прошлые поколения оплакивают знакомое и родное, навеки исчезнувшее, но потомки обычно воспринимают новинки как данность. Как отец двух мальчиков, я познал это на собственном опыте, безуспешно пытаясь поспеть за сыновьями в освоении видеоигр. И хотя я был совершенно никчемен в этом плане, сыновья не видели проблемы — им было в радость победить меня. Однако редко какие занятия настолько расстраивали меня, поэтому я начал придумывать отговорки, чтобы больше не играть с сыновьями в видеоигры. Тогда они обратились к друзьям и начали играть по сети.

Возможно, самый важный вывод, который мы должны сделать на основе исследований: мышление детей развивается в интимном, крайне чувственном диалоге в рамках межличностной и физической среды. Смартфоны из средств связи превратились в наши цифровые копии, профили в социальных сетях заменили личности, а текстовые сообщения — любимый способ вести беседу. Представители классической науки о развитии считают отстранение и формирование собственной личности необходимым этапом на пути к зрелости. Однако наблюдения психологов в области феминизма позволили теоретикам преобразовать эту парадигму и показать: люди в первую очередь развиваются не вне отношений, а внутри них. Сегодня мы досконально изучаем еще один вопрос человеческого развития: насколько свободно молодой мозг адаптируется к современным

реалиям и средствам связи.

Грядут новые крупные перемены — в этом сомнений нет. Но, как и многие другие вопросы, касающиеся развития мальчиков, этот сопровождается огромным количеством мифов, страхов и преувеличений; родители должны изучить их, чтобы уверенно обращаться с далекими для них цифровыми реалиями.

Зависимость от возбуждения

Видеоигры и социальные сети — это золотая жила. К 2020 году компании планируют заработать 130 миллиардов долларов США на продаже видеоигр. К концу 2017 года стоимость шести самых успешных компаний, владеющих социальными сетями, в сумме составляла 300 миллиардов долларов, причем на Facebook приходилось две трети этой суммы. Нанимая ведущих нейробиологов, разработчиков и специалистов в области поведенческой экономики, разработчики до совершенства оттачивают умение угождать публике, отвечая ее желанию избавляться от негатива виртуальными достижениями. Производители эффективно используют хитрости, привлекающие все больше и больше пользователей; в итоге тема теперь на слуху. По мнению психолога Лизы Дамур, чтобы продемонстрировать всеобщее помешательство на играх, достаточно привести один-единственный пример — а именно режим «королевской битвы» в игре «Fortnite»[27], которая «объединяет в себе многое из того, что разработчикам игр известно о завлечении и удержании аудитории»[20].

В новом издании Диагностического и статистического руководства по психическим расстройствам, опубликованном Американской ассоциацией психиатров в 2013 году (пятое издание), интернет-игровое расстройство определяется как состояние, требующее более подробного изучения. В рамках исследования 2017 года проводился опрос среди молодых людей в Соединенных Штатах, Соединенном Королевстве, Канаде и Германии (86 % респондентов недавно играли в онлайн-игры) на тему данного расстройства. По результатам исследования был составлен следующий список проблем, связанных с видеоиграми:

•чрезмерная увлеченность играми;

• отстраненное поведение вне игры;

• привыкание (желание играть дольше и дольше);

• неспособность ограничивать свое игровое время;

• отказ от других увлечений ради видеоигр и продолжение игры вне зависимости от проблем;

• появление склонности к обману и скрытности;

• использование игр для борьбы с отрицательными эмоциями[21].

Адам Альтер, профессор Нью-Йоркского университета и автор книги «Непреодолимые: развитие технологий, вызывающих зависимость», опубликованной в 2017 году, рассказывает о социальной сети Facebook, намекая, с какими трудностями могут столкнуться родители подростков. В 2012 году разработчики Facebook (количество пользователей которого тогда насчитывало 200 миллионов человек) подстроили функционал сайта под мотивационную концепцию, которую психологи-исследователи создали для того, чтобы завлекать и удерживать аудиторию. Новая концепция заключалась в непостоянной мотивации. У пользователей появилась возможность ставить лайки. Это простое нововведение позволило социальной сети стать крайне интерактивной, ведь теперь пользователи могли получать одобрение общества в непредсказуемых, но заманчивых количествах. Число участников соцсети за последующие три года утроилось; к февралю 2017 года их количество составляло 2 миллиарда[22].

Как обнаружили компании, продающие табак, алкоголь или секс, можно заработать большие деньги, помогая людям снимать напряжение и избавляться от негативных эмоций. А где есть спрос, всегда будет предложение. За мою жизнь марихуана успела перейти из статуса запрещенного и опасного для молодежи вещества в статус законного средства, используемого в медицинских и оздоровительных целях. Когда я двадцать лет назад проходил практику в Центре диагностики и стационарного лечения подростков, казалось, половина случаев связана с алкоголем и курением. Сегодня я уже не могу сказать наверняка, станет ли тот или иной подросток зависимым; теперь для самых разных мальчиков совершенно нормально оказаться под кайфом — равно как и выпить бокал пива.

И тем не менее даже в моей практике было предостаточно мальчишек, зависимых от марихуаны. Я рад легализации, однако меня тревожит доступность опьяняющих веществ для подростков. Курируя программу консультаций среди сверстников, я разговариваю с ребятами об алкоголе и наркотиках, изо всех сил стараясь не звучать назидательно. У подростков острое чутье на наставления. Я каждый год пытаюсь донести до мальчиков одну и ту же мысль: алкогольное и наркотическое опьянение лишает способности владеть собой. Напившись или накурившись, человек не испытает такого же облегчения, которое испытывает,

избавившись от наболевшего без помощи веществ.

И меня также волнует то, что разработчики контента нашли эффективные способы влиять на юных потребителей. Многие семьи нуждаются в помощи, поскольку зависимость их сыновей от видеоигр как раз вписывается в реестр, предложенный Диагностическим и статистическим руководством по психическим расстройствам. Я вспоминаю Уинстона, чудаковатого старшеклассника, чья мать просто перестала бороться с его зависимостью от мира видеоигр. Одаренный мальчик, он самостоятельно собрал себе компьютер из деталей, приобретенных в магазинах электроники. Его вдохновляло желание создать устройство, способное обеспечить высокое качество игры. Оценки Уинстона становились все хуже, уроки казались ему скучными и якобы отнимали драгоценное время, у него оставалось все меньше друзей, а сам он тем временем все сильнее погружался в общение с геймерами. Юноша провел столько времени в виртуальном мире и столького в нем добился, что начал записывать процесс игры на видео и размещать лучшие моменты на игровых порталах; в конце концов он даже заключил договор с разработчиками своей любимой игры, согласившись следить за соблюдением онлайн-этикета в ее мире.

Уинстон как раз подходит под описание ребенка, которое дал психолог Брент Конрад, автор книги «How to Help Children Addicted to Video Games: A Guide for Parents»[28]: мальчик, чья успеваемость падает, увлеченный играми, где много действий и битв, ощущающий тревогу при общении с реальными людьми, безудержно повышающий свой уровень в игре, тратящий все больше времени на игру в ущерб другим занятиям. Но невзирая на требования относиться к таким мальчикам как к зависимым — Южная Корея, например, заходит так далеко в борьбе с проблемой, что спонсирует сотни медицинских центров и применяет такие методы лечения, как шоковая терапия, — в процессе могут возникнуть две нешуточные проблемы[23].

Первая: если человек не воспитал в себе навыков борьбы с эмоциональным напряжением, он всегда полагается на внешние методы — вещества, увлечения, опыт, — способные на время улучшить его настроение. Психолог Кристофер Фергюсон из Университета Стэтсона и Патрик Марки из Университета Вилланова, написавшие вместе книгу «Mortal Combat: Why the War on Video Games Is Wrong»[29], предположили, что «корень проблемы не в играх, а в чем-то ином»[24].

В случае Уинстона «чем-то иным» были отношения с родителями, расшатавшиеся из-за его упорных попыток отстраниться и уйти в цифровую реальность. А вот желание

отстраниться от родителей уже может быть вызвано самыми разными причинами, в том числе и здоровым стремлением к самостоятельности — его я постоянно наблюдаю в семьях, просящих меня помочь им с сыновьями. Однако есть разница между стремлением повзрослеть и отстраненностью в качестве реакции на действия близких. Чтобы стать более независимым, мальчику необязательно отрекаться от родителей или хотя бы частично отказываться от их понимания и поддержки. С другой стороны, дети часто отворачиваются от родителей, если те неосознанно управляют ими или душат своей заботой из-за тревог, одиночества или нежелания повторять ошибки своих отцов и оставлять ребенка без заботы. При таких условиях единственный выход для мальчика, желающего оформиться как полноценная и неповторимая личность, — борьба за свою свободу.

Один пятнадцатилетний мальчик, Аарон, несмотря на возраст, очень близко общался с матерью, но боялся вырасти «неженкой» под ее влиянием. Он твердо решил ограничить свое взаимодействие с мамой и отстраниться от нее, чтобы взглянуть на себя по-новому, — это вызвало у его матери неосознанную тревогу, из-за которой она начала осуждать поведение Аарона. Отношения близились к краху: Аарон постоянно ворчал, что мать подрывает его уверенность в себе, вечно указывая ему на ошибки; мать же считала, что сын должен быть благодарен ей за заботу. Хуже того, каждый из них остался один на один с проблемой, поскольку они не могли ничего обсудить вместе и понять, как быть дальше.

Я помог разобраться в хитросплетении отношений и матери Уинстона, и матери Аарона. Благодаря моей поддержке и возможности как следует изучить взаимосвязанные чувства — основанные на болезненном прошлом, которое научило родителей конкретным, но не действенным методам установления связи, — матери сумели возродить отношения с сыновьями: они просто держались рядом, вновь проявляли интерес к их жизни, «выманивали» детей другими увлечениями, все еще близкими им, и вместе устанавливали разумные границы в таких вопросах, как онлайн-игры. Они преуспели, признав: прежде они полагались на личные нужды, невольно лишая сыновей свободы или отзываясь на их поступки так, что это подрывало любые попытки контакта. Чтобы методично восстановить отношения с детьми, родителям пришлось избавиться от тревог и обид, а после — помочь юношам, нуждающимся в их поддержке на нелегком пути взросления.

Однако родителям бывает сложно разобраться в своих

чувствах из-за страха нейрохимических процессов, вызываемых зависимостью от цифровых технологий. Игры и средства коммуникации прекрасно стимулируют участки мозга, отвечающие за наслаждение. Тем не менее выброс дофамина, химического вещества (нейротрансмиттера), участвующего в системе вознаграждения мозга и отвечающего за мотивацию, можно вызвать многими другими способами (например, чтением хорошей книги или просмотром телешоу), при этом не рискуя стать жертвой зависимости. Согласно Фергюсону и Марки, всплеск дофамина, происходящий благодаря видеоиграм, можно вызвать и съев кусочек пиццы. Отчет, опубликованный в «Американском психиатрическом журнале» в 2016 году, включает результаты четырех опросов восемнадцати тысяч человек. Согласно авторам, менее 1 % игроков в видеоигры проявляют симптомы зависимости — среди тех же игроков в азартные игры процент выше. Что важнее, даже те, кто отвечает критериям, не сталкиваются с негативными последствиями в таком количестве, чтобы это позволило определить их зависимость как заболевание. Фергюсон и Марки отзывались о данном отчете следующим образом: «Он показывает, самое главное отличие между теми, кто подвержен и не подвержен зависимости, заключается в том, что зависимые *больше времени тратят на видеоигры*»[25].

Обычно взрослые волнуются, если подросток активно использует гаджеты. Мамы и папы обращаются за помощью, чтобы лучше разобраться в новой, мощной и привлекательной культуре, части жизни их сыновей, и в итоге легко поддаются заявлениям экспертов; а у экспертов так и не сложилось единодушного мнения по данному вопросу. Автор одной публикации в американской версии журнала «Guardian» задала следующий вопрос: «Почему так много людей — что родители, что исследователи, что девяностолетние актеры — верят, будто существует зависимость от видеоигр и видеоигры опасны, невзирая на отсутствие тому доказательств?»[26] Отчет этого автора связывал заявления о зависимости с устаревшим, паническим желанием довлеть над молодыми людьми и управлять их жизнью. Фергюсон в своей статье добавляет: «Люди, которые крайне негативно относятся к видеоиграм, обычно крайне негативно относятся к самим детям и подросткам»[27].

Как поспеть за мальчиками в киберпространстве

Когда Исследовательский центр Пью впервые начал отслеживать использование средств коммуникации, шел 2005 год;

тогда лишь 7 % совершеннолетних людей посещали социальные сети. К 2015 году показатели увеличились в десять раз. В основном росло количество молодых пользователей; для них за десять лет социальные сети стали «вездесущим» явлением. 88 % молодых людей возрастом от восемнадцати до двадцати девяти лет успели завести аккаунты в Facebook. Использование мобильных телефонов развивалось еще быстрее: в 2011 году у 35 % людей был смартфон; согласно отчету Исследовательского центра Пью от 2017 года, он появился уже у 77 % граждан, причем среди молодых пользователей (возрастом от восемнадцати до двадцати девяти лет) владельцами смартфонов были 92 %[28].

Основное различие между нынешним поколением родителей и поколением сыновей — это наличие гаджетов в окружении последних. Это различие лишь усугубляет и без того естественное непонимание между молодежью и теми, кто пытается заботиться о ней. Родители, сын которых отбился от рук, превращают мобильные телефоны и видеоигры в козлов отпущения, считая их причиной проблем, а не следствием. Насколько я могу судить по собственному опыту, никогда нельзя сказать наверняка, что появилось первым — зависимость или отчуждение. Мальчики даже не успевают ничего осознать, как их уже отрывают от родителей мифы о «независимых мужчинах». В итоге все складывается настолько неблагоприятно, насколько это возможно, и получается «идеальный шторм»: ложные истории способствуют отдалению мальчиков от семьи, а маркетинговые стратегии как раз вовремя заманивают их в технологическую ловушку. Игры и приложения — всего лишь один из множества способов уйти от общения.

Вместе со всплеском популярности цифровых технологий произошли коренные изменения в том, что Майкл Киммел называет «страной мужчин». Если в 1960-х почти 70 % юных американцев покидали дом, получали высшее образование, заводили семью и находили работу, сегодня меньше трети мужчин успевают сделать это к тридцати годам. В своем исследовании Киммел показывает: есть молодые люди, предпочитающие общение в компаниях, вечеринки и видеоигры серьезным стремлениям и отношениям. Он заключил: «Иронично, но новые свободы женщин способствуют тому, чтобы мужчины еще дольше отказывались от ответственности. Не получая поддержки от семьи, не неся ответственности ни перед кем, кроме самих себя, и наблюдая вокруг настолько сексуально активных и веселых девушек, что любые фантазии рядом с ними меркнут, молодые люди могут откладывать взрослую жизнь

вечно»[29].

«Национальное бюро экономических исследований» (американская некоммерческая исследовательская организация) недавно выпустило статью, связавшую снижение количества часов, которое миллениалы тратят на работу, с видеоиграми. Как оказалось, юноши в возрасте от двадцати одного года до тридцати лет в 2015 году тратили на работу на 203 часа меньше, чем в 2000-м. Большую часть свободного времени они проводили в режиме онлайн — в то время как девушки чаще тратили свободное время на сон или уход за собой[30].

Чтобы поспеть за мальчиками, живущими в киберпространстве и использующими гаджеты почти повсюду, родителям приходится преодолевать трудности, похожие на трудности прошлых поколений родителей, но намного сложнее. Одна необходимость разобраться в двух сторонах мальчишеской жизни, на которые влияют технологии, уже кажется непростой задачей. Согласно еще одному отчету Исследовательского центра Пью от 2015 года, подростки (возрастом от тринадцати до семнадцати лет), которые состояли в романтических отношениях, знакомились со своими возлюбленными в первую очередь благодаря цифровым технологиям. Когда подросток желал наладить с кем-то связь, он добавлял его в друзья, лайкал записи, подписывался на профиль и отправлял текстовые сообщения. Компьютерные технологии позволяют флиртовать и развивать отношения новыми способами. Привязавшись к своему романтическому партнеру, подростки осознают, что возможность быть на связи приводит к немыслимым прежде возможностям: 11 % подростков готовы часами общаться со своими возлюбленными; 85 % желают общаться с ними хотя бы раз в день. Для родителей, в чьих жизнях технологии появились позднее, такие желания кажутся немыслимыми[31].

Еще один вопрос касается образа юноши перед другими пользователями. Создавая аккаунт, подростки должны понимать, что каждое их действие будет доступно широкой аудитории и может иметь последствия, причем неподвластные им. Подростки естественным образом ориентируются на негласные нормы, принятые среди сверстников, заполняя профиль. Мальчики хотят выставить себя в лучшем свете, руководствуются традиционными представлениями о мужественности, когда выкладывают фотографии и пишут о себе. Мальчики часто выкладывают фотографии, на которых присутствует алкоголь, сексуальные намеки и спортивная тема. Обычно они используют агрессивный язык, позволяющий им выглядеть мужественнее, чем они есть на самом деле. Вообще, юноши в социальных сетях преувеличивают

и выдумывают что-то чаще, чем девушки.

Родители, которые знают, что в будущем их сына ожидает поступление в колледж и работа, могут представить реакцию приемной комиссии или отдела кадров, когда те наткнутся на столь неприглядный аккаунт. Опрос, проведенный в 2013 году, показал: 10 % молодых заявителей не были приняты на работу потому, что работодателям не понравились их профили в социальных сетях. Родители должны объяснить сыну, насколько долгоиграющие последствия имеет образ, созданный в социальных сетях; при этом важно быть осторожным, иначе ребенок отвернется от родителей с мыслью: эти старики «ничего не понимают». Более того, недопустимо говорить с ребенком свысока (мол, «я разбираюсь в этом получше твоего»), поскольку мальчик отгородится от самых близких ему людей.

В интервью онлайн-журналу «PC Magazine» психолог Ялда Ульс (Калифорнийский университет в Лос-Анджелесе), которая читает лекции и пишет о том, как грамотно воспитывать детей в цифровую эпоху, рассказала родителям об историческом контексте цифровой революции. Она напомнила о том, как матери и отцы в конце восемнадцатого века боялись книг, запрещая и сжигая их. «Здесь то же самое. Контроль и авторитаризм». Ульс советует поступать иначе и заниматься «активным просветительством в вопросах связи»: родителям следует применять к своим детям «позитивный и профилактический» подход, позволяющий уравновесить время, проведенное у экрана, другими полезными занятиями; следует учитывать сон, личное пространство и контент, с которым дети имеют дело[32].

При таком подходе количество времени, проводимое за компьютером, отходит на второй план, уступая центральное место взаимоотношениям с ребенком. Основная цель — создать условия, в которых удобно решать проблемы сообща; впоследствии это позволит распространить родительское влияние и на такие опасные темы, как вождение автомобиля, употребление алкогольных и наркотических веществ и так далее. Родители смогут построить крепкие взаимоотношения с ребенком, если научатся учитывать интересы обеих сторон и найдут равновесие между собственными тревогами по поводу здоровья и ответственности ребенка и желаниями мальчика дружить, отдыхать и веселиться.

Все мамы и папы знают, насколько непросто одновременно защищать сыновей и учить их уверенности и независимости. Согласно опросу, проведенному Исследовательским центром Пью среди родителей подростков тринадцати — семнадцати лет,

большинство американских родителей тем или иным образом контролируют цифровую жизнь ребенка: 61 % следят за интернет-активностью своих детей, а 60 % просматривают их профили в социальных сетях; почти 50 % проверяют телефоны и переписки. Установление программ родительского контроля на компьютеры и телефоны используется реже, однако почти половина родителей требует у подростков пароли от их учетных записей. Распространен такой подход к дисциплине, когда родители по истечении определенного количества времени просто выключают все гаджеты в доме[33].

Невзирая на то, насколько чуждыми и опасными выглядят технологии, освоение цифрового измерения, столь важного для мальчишек, позволит родителям в значительной мере поддержать сына. Не нужно искать рецепты и шаблоны, способные помочь в борьбе с технологиями, вторгшимися в пространство семьи, ведь на самом деле лишь сила контакта с ребенком, а не бдительность играет решающую роль.

Подумайте: следует ли родителю применять фильтры поиска и другие способы контроля за компьютером и телефоном ребенка? А как сохранить влияние на сына, если известно, что каждый мальчик в раннем подростковом возрасте натыкается на порнографию и все вокруг завлекает его в мир видеоигр? Одна знакомая мне мама, чей сын порой переходил всякие границы, теперь проверяет его сообщения и электронные письма; у нее есть все его пароли, и она то и дело внезапно просматривает историю браузера. Однако женщина поставила условие: она откажется от подобной слежки, если сын научится вести себя здраво. Мать наказывает сына — вместе этого она вместе с ним составила план, основанный на ошибках прошлого, когда мальчик был помладше и поглупее; мать хотела поддерживать сына до тех пор, пока тот не научится самостоятельно держать себя в руках.

Американская академия педиатрии в 2016 году выпустила новые рекомендации по киберпользованию; согласно им, родителям лучше не ограничивать время, которое дети проводят перед экранами, а находиться с ними рядом, пока они переписываются или смотрят что-то. «Смотрите видео вместе с ребенком, обсуждайте с ним увиденное и помогите ему применить новые знания на практике». Это новое правило как нельзя хорошо сочетается с «особым временем», которое следует проводить с мальчиками: родители и другие взрослые должны всюду следовать за мальчиками в их поисках[34].

Но, будучи ключевыми фигурами в жизни своих сыновей, родители не должны воспринимать киберпространство с его средствами коммуникации и гейминг как нечто их не

касающееся, иначе порнография или наркотики собьют их сына с пути. Движение за «детство без рекламы» — это отклик на распространение технологий, отвлекающих детей от подвижных игр на природе и реальных взаимоотношений. Задача кампании в поддержку детства без рекламы, основанной в 2000 году психологом Сьюзан Линн из Гарвардской медицинской школы, заключается в «поддержке родителей», желающих создать здоровые отношения в семье, ограничив количество рекламы вокруг детей и покончив с эксплуатацией детей маркетологами. Кампания обеспечивает родителей различными ресурсами и проводит акцию «неделя без компьютера», которая совпадает с неделей детского чтения. Чтобы в семье сохранялось здоровое равновесие, в рамках кампании родителям рекомендуются семь проверенных стратегий, например отказываться от гаджетов во время еды и по утрам, поощрять прогулки и подвижные игры; сами родители также должны как можно реже пользоваться цифровыми устройствами[35].

Когда мальчики выходят в интернет, родителям лучше следовать определенному набору правил. Понимая, что не каждый представитель цифрового поколения грамотен в вопросах виртуальности, преподаватель Рубен Лоуи в сотрудничестве с другими педагогами разработал программу «Living Online», состоящую из тридцати модулей, посвященных таким темам, как история интернета, правила поведения в цифровом мире, киберпсихология и онлайн-отношения[36]. Телеканал «MTV» создал свой собственный проект о правах в интернет-пространстве. Права начинаются так: «Выходя в сеть и включая телефон, я имею право…» — после чего приводится список, в том числе включающий такие положения: «Жить без давления и насилия», «Вступаться за тех, кого домогаются», «Отказываться от нездоровых отношений» и «Прерывать связь по собственному желанию». Медиакомпания запустила образовательную кампанию, призывающую подростков задуматься над тремя вопросами:

1. Почему мой парень / моя девушка каждую минуту желает знать, где я и чем занимаюсь?
2. Не тревожит ли меня то, что я буквально каждые пять минут отправляю или получаю сообщение?
3. Расстраивают ли меня некоторые из этих сообщений[37]?

Терапевт и писатель Джеймс Хэмблин предлагает любопытный подход тем родителям, которые желают проверить, не становится ли их сын зависимым от технологий. Он осуждает метод лечения аддикции, подразумевающий воздержание от

использования гаджетов, «поскольку не уверен, что это необходимо и приведет к устойчивым результатам». По аналогии с «нерегулярным постом» — концепцией по борьбе с перееданием, — Хэмблин предлагает людям, желающим умерить свою увлеченность технологиями, метод «переориентировки». Описывая преимущества «цифрового поста», доктор Хэмблин пишет: «Ключ к осознанному пользованию средствами коммуникации — в борьбе с привычками, которые насаждаются нам устройствами: бездумная проверка сообщений и прокрутка лент — отклик в стиле «собаки Павлова» на любое оповещение»[38].

Тем, кому «пост» кажется крайней мерой, Аня Каменец, корреспондент по вопросам технологий в «National Public Radio», дает прямое указанние: «Наслаждайтесь гаджетами; не увлекайтесь; чаще делайте это вместе»[39].

Если родители желают грамотно отгородить ребенка от цифровой зависимости, для начала им следует задать себе несколько вопросов. Они помогут избежать отрицательного настроя и повысить эффективность избранного подхода.

Если ваш сын отворачивается от вас, то *по какой именно причине*? Когда родители близко общаются с ребенком, сила притяжения не позволяет мальчикам сойти с орбиты, центром которой являются мама и папа, — невзирая на давление компании сверстников и другие отвлекающие факторы. Если мальчик привязан к кому-то, он всегда сможет найти понимание, утешение, поддержку или помощь. Возможно, между вами произошло недопонимание?

В частности, вы ссоритесь чаще, когда ваш сын пытается вести себя независимо? Вы чаще замечаете его *недостатки*, чем *достоинства*? Ваша критика вызвана неосознанным желанием выразить свои тревоги по поводу будущего вашего сына?

Как вы ведете себя с сыном, когда обсуждаете использование гаджетов? Честные беседы о том, что полезно и приемлемо и как поведение в сети может отразиться на его мировоззрении, помогают мальчику лучше ориентироваться в киберпространстве. Если вы до сих пор не *побеседовали* об этом с сыном (и вместо этого *читали ему лекции*), то что мешает вам изменить свой подход?

Есть ли у вашего сына возможность получить дополнительные сведения о цифровых технологиях в школе? Можете ли вы проверить, насколько актуальна и верна образовательная программа? Соответствует ли она укладу жизни вашей семьи?

Оказываете ли вы сыну достаточно надежную поддержку, чтобы он смог бороться с давлением и соблазнами

киберпространства? Можете ли вы контролировать его интернет-жизнь, ставить условия и ограничивать время пользования, до тех пор пока мальчик не научится контролировать себя самостоятельно?

Глава 10
Из двадцать первого века — навстречу будущему

В ходе семинара для родителей я поведал о нашем исследовании, посвященном взаимоотношениям мальчиков с окружающими, и сообщил: почти никто не рассказывал о том, как сам помирился с тренером или учителем после разлада. Таким образом, объяснил я, мы пришли к выводу, что учителя и тренеры должны принимать на себя ответственность за отношения с подопечными. В эту минуту один отец возмущенно вскинул руку. «Извините, — начал свою жалобу он. — А как же воспитание силы воли? Как, по-вашему, мальчики вырастут активными и независимыми, если мы будем с ними нянчиться?» Я понимал встревоженность родителей по этому поводу; более того, я сам боялся, как бы наше исследование не испортило мальчишек еще сильнее. Я ответил: учителя должны извлечь два урока из нашего исследования.

Во-первых, неспособность мальчиков брать на себя ответственность за отношения — это отправной пункт, а не точка назначения. И мы сами воспитываем мальчиков такими. Учителя не должны затаив дыхание ждать, пока ученик заговорит, поможет или извинится за ошибку. Если отношения не складываются, только взрослый, знающий человек может решить проблему — по умолчанию.

Во-вторых, недостаток активности со стороны мальчиков в сложных ситуациях общения логично объясняется подготовкой к жизни в обществе. Если педагоги не поменяют свой подход к мальчикам, то постоянно будут сталкиваться с проблемами. Дело не в том, что у мальчиков от природы нет способности к примирению. Большинство из них просто-напросто неопытны, из-за чего на пути к примирению возникает слишком много препятствий.

Подход, мешающий мальчикам обучиться здоровому общению, влияет и на успеваемость. Разницу в успеваемости между представителями разных полов можно объяснить следующим образом: многим мальчикам неинтересно учиться. Поскольку образование — это партнерство, необходимо активное участие ученика. Преподаватели могут уговаривать учеников, принуждать их и угрожать, однако мальчик в конце концов просто скажет: «Я не желаю у вас учиться». Благодаря своему

исследованию мы обнаружили, насколько сильно взаимоуважение влияет на мотивацию мальчика.

Стоит только признать, что почти любому мальчику поможет преданный учитель, чей эмоциональный долг поддерживается родителями, то проблема обнаружится в системе преподавания — а не в отдельном мальчике или даже отдельном педагоге. Множество ребят не справляется с учебой — это камень в огород взрослых, а не детей. Родители, учителя, тренеры, наставники — те, кто находится в контакте с мальчиками, — должны принять участие в *нашей* игре. Только если мы будем руководствоваться верными представлениями о мальчиках — что они обучаются благодаря взаимоотношениям (и сами по себе вообще нуждаются в общении), — у нас получится создать подходящую образовательную модель. Подход к образованию оправдан и в вопросах заботы о мальчиках, а также их развития.

Так что же мешает нам сделать все правильно? С одной стороны, довлеют устаревшие представления о мальчиках; представления, которые никогда не работали, однако тесно связаны с культурной мифологией. С другой стороны, взрослым не хватает поддержки — помощи знатоков и педагогов, чья работа основана на поддерживаемых наукой концепциях, а не на идеологии или псевдонауке и которые желают мальчикам добра. Наши понятия о мальчиках искажены мифами и ошибочными мнениями.

А от того, как мы видим мальчиков, зависит их восприятие своей жизни и мира вокруг. Молодые люди оказываются на перепутье: движение за равенство признало привычные нормы устаревшими. Однако мальчикам сложно самим уловить новые настроения — отчасти из-за того, что дети не получают четких указаний по поводу своей роли. Барбара Рисман, социолог из Иллинойсского университета в Чикаго, назвала «гендерную дезориентацию» одной из проблем, с которой сталкиваются миллениалы, и разделила молодых людей на четыре группы в соответствии с реакцией на проблему: «защитники», «странники», «инноваторы» и «мятежники». Самая крупная группа, «странники» — «неуверенные в себе», — воплощает неоднозначность современного положения дел.

«Защитники», как и некоторые «странники», предпочитают держаться традиционных норм, невзирая на их несостоятельность. Слепую верность выказывают такие мыслители, как Джордан Петерсон, психолог из Университета Торонто, автор книг и оратор, выступающий в поддержку мнения, будто «дух мужества под угрозой», для борьбы с которой он предлагает вернуться к «вечным ценностям»[1]. Однако

предложенные им 12 правил жизни («Правило № 1: Иди по жизни, широко расправив плечи») представляют собой пересказ стереотипных представлений о мужчинах, он не поможет молодым людям творчески подойти к насущным проблемам в школе, на работе, в романтических отношениях и семье[2].

С 1980 года подавляющее большинство людей считает высшее образование важным показателем. Как выявила группа экономистов, с сокращением рабочих мест на заводах и фабриках мужчины, не осознающие экономический потенциал образования, все реже находят себе партнеров. Внебрачные дети сейчас рождаются как никогда часто — они составляют 40 % всех детей, появившихся на свет за последнее время; кроме того, наблюдается общий спад по таким показателям, как заключение браков и рождаемость. Согласно еще одному экономисту, Дэвиду Отору из Массачусетского технологического института, «мало кто пожелает выйти замуж за парня, который экономически недееспособен в любом отношении; слишком уж это сомнительная затея»[3].

Раз за разом авторы рассеивали сомнения по поводу того, куда может привести мальчика низкая успеваемость, мещанское существование с регулярными видеоиграми и выпивкой с однокурсниками или объективизация женщин.

Однако некоторые молодые люди до сих пор выбирают такой путь. Как обнаружили социологи Джоанна Пепин и Дэвид Коттер, паника по поводу «места мужчин в обществе» вынудила многих избрать «символическую мужественность». Ученые пишут: «Через двадцать лет после того, как права полов уравнялись, старшеклассники в основном начали придерживаться более традиционных представлений о семье, когда главную роль играет муж, а женщина берет на себя обязанности по хозяйству»[4]. Доктор Дэн Кассино, политолог из Университета Фэрли Дикинсона, изучая быт семей, где жена и муж зарабатывают примерно одинаково, заметил следующее: «Мужчины отыгрываются на женщинах, активно напоминая им о важности их традиционных обязанностей»[5].

Уязвимые и потерянные, юноши могут окончательно запутаться. Я впервые услышал о движении инцелов тогда, когда возмущенный двадцатичетырехлетний парень по имени Эллиот Роджер, описавший себя как «убийца-девственник», убил шестерых и ранил еще четырнадцать людей в 2014 году в Калифорнии. Перед расправой он разглагольствовал на YouTube о том, что одинок и ни разу не занимался сексом: «Жизнь так несправедлива: девушки меня не хотят»[6]. Его взгляды получили широкое распространение среди участников интернет-

сообщества, мучимых невольным воздержанием. В апреле 2018 года молодой человек лишил жизни случайных прохожих, выехав на тротуар на своем фургоне в центре Торонто. Алик Минасян также винил в своих бедах женщин и феминизм и предупреждал мрачным постом в Facebook: «Восстание инцелов уже началось!»[7]

Если инцелы молятся на близкие отношения с женщинами, то есть схожая с ними группа, проповедующая прямо противоположное. Движение MGTOW (от *англ.* «Men Going Their Own Way» — «мужчины, идущие своей дорогой») состоит из мужчин, избирающих жизнь в «маносфере»:

> Мужчины до сих пор видят свое счастье в обеспечении, защите, самопожертовании и завоевании; мы лишь поняли: для нас обеспечивать современных феминисток — что для пса защищать семью, которую у него в любое мгновение могут отнять, а ставить свою жизнь на кон ради завоевания ресурсов для неблагодарных женщин, заявляющих, будто и сами способны себя обеспечить, — лишь пустая трата времени[8].

Невзирая на попытки зашоренных мужчин отбиться от равноправия с женщинами, представители юношеской братии, сражающиеся на передовой, вселяют надежду. В то время как некоторые пытаются воспеть и приукрасить мужское превосходство, многие молодые люди пробуют взглянуть на само понятие мужественности с другой стороны. Например, как показал опрос, проведенный в 2015–2016 годах Калифорнийским университетом в Лос-Анджелесе, более четверти калифорнийских подростков «не придерживаются традиционных гендерных представлений»: мальчики уверены, будто ведут себя более женственно, в то время как девочки считают, что становятся более мужественными[9]. В своей книге «Atlantic» Писательница Сара Рич предложила следующую любопытную трактовку: «Представления о настоящих мужчинах слишком редко бывают положительными, и когда молодое поколение намекает на свое желание пересмотреть само понятие мужественности, то единственное слово, которым их могут описать, — это *нонконформисты.* Данный термин подчеркивает: никто даже не знает, как называть подобный вид мышления»[10].

Однако даже изменяя, перерабатывая и пересматривая представления о мужественности, мальчики все равно берут за основу самые важные качества «настоящего мужчины». Недавно мое внимание привлек заголовок: он невероятно точно передал контраст между мужчинами, которые изо всех сил держатся за

негативные представления о мужественности, и теми, кто отстаивает более положительные представления. В конце мая 2017 года в Портленде (штат Орегон) произошла трагедия. Мужчина чуть старше тридцати лет, жизни которого не позавидуешь — он не знал семьи, сидел в тюрьме за различные преступления, считал себя «нигилистом» и поборником превосходства белой расы, — принялся делать расистские замечания двум молодым представительницам цветного населения (одна девушка носила хиджаб) в местной электричке. Трое мужчин решили защитить женщин, и обидчик бросился на заступников с ножом; двое погибли, третий был ранен. Один из убитых оказался ветераном военной службы, только ушедшим в отставку, и отцом четырех девочек-подростков; другому было двадцать три и он едва выпустился из колледжа. Будучи еще в сознании и ожидая прибытия скорой помощи, двадцатитрехлетний юноша перед смертью обратился к женщине, пытавшейся ему помочь: «Я хочу, чтобы все в поезде знали: я люблю их».

Третьему мужчине, поэту 21 года, пришлось делать срочную операцию: удар ножом едва не пришелся на шейный отдел. Выписавшись из больницы, он написал следующее стихотворение:

> Я не погиб.
> Я выжил, презирая ненависть.
> Каждый из нас жить должен друг для друга.
> И выживать друг ради друга[11].

На первый взгляд между этими тремя мужчинами — поэтом, выпускником колледжа и военнослужащим — не было ничего общего, однако все они поступили в соответствии с одними и теми же представлениями о том, что значит быть мужчиной. Каждый со всей серьезностью относился к таким добродетелям, как отвага, сострадание и помощь окружающим. Тем временем мужчина, который приставал к женщинам с расистскими и ксенофобскими замечаниями, являл собой квинтессенцию самоуверенности, эгоизма и жестокости, обычно свойственных «злым белым людям», упрямо отказывающимся уступать другим[12].

Эти две крайности демонстрируют, насколько широк спектр возможностей, открывающихся перед мальчиками и их семьями в эпоху перемен. Мальчикам приходится сталкиваться с таким количеством переворотов и противоречивых требований, что остается лишь удивляться тому, как многие их них остаются верными себе, а с пути сбивается лишь небольшая часть. Каждый

юноша встречает препятствия на пути к взрослению. Однако те, кто сможет достучатся до его сердца, станут для него опорой и поддержкой. В отличие от пророчащих юношам беды и призывающих их вернуться к старым традициям, я радуюсь тому, насколько охотно мальчики исследуют новый мир. Многие даже наслаждаются неизвестностью, усматривая в ней возможности и мчатся навстречу приключениям.

Итог различен. Мальчик может пересмотреть традиционные представления и выработать качества, позволяющие добиться успеха — умение привязываться, выражать эмоции, налаживать отношения, обучаться и отстаивать свою точку зрения, — или же поддаться давлению и превратиться в традиционного мужчину, образ которого уже устарел. Согласно австралийскому социологу Рейвину Коннелу, мальчики «с неограниченной креативностью» подходят к восприятию собственной жизни в современном мире[13].

Дело о новом юношестве

Пару лет назад я получил электронное письмо от администратора школы, в котором говорилось, что он прочел мою недавнюю книгу и теперь просит меня провести беседу с сотрудниками факультета перед началом учебного года. Администратор попросил меня быть «гендерно нейтральным» в своей речи. Я удивился — он хотел, чтобы я поделился результатами своих исследований, посвященных мальчикам, и рассказал об общении с мальчиками и их обучении, при этом исключив вопрос влияния на них стереотипных представлений о мужественности и мифов. Перенос данных, собранных при изучении мальчиков, на девочек — классическая ошибка в социологии. Поэтому я предложил описать свое исследование как пример того, насколько неизбежны гендерные вопросы в образовательном процессе.

Культурное противостояние гендерному равенству в последнее время усилилось, что привело к выступлениям в стиле #MeToo, только уже со стороны мужчин. Президент Барак Обама в 2009 году сформировал Комиссию по делам женщин и девушек, а в 2011 году к Белому дому обратились с просьбами создать Комиссию по делам мальчиков и мужчин. Коалицией, призывающей к созданию второй, руководил психолог Уоррен Фаррел, соавтор книги «The Boy Crisis: Why Our Boys Are Struggling and What We Can Do About It»[30] и один из основных сторонников мнения о равном влиянии сексизма на мужчин и

женщин. Как значилось в заявлении коалиции: «Наши дочери и сыновья — в одной лодке. Поэтому, если победит один пол, проиграют оба. Чем тщательнее мы изучаем данный вопрос, тем больше нас беспокоит кризис, с которым сталкиваются наши сыновья, отцы и другие мужчины»[14].

Сторонники феминизма предлагают иной взгляд на ситуацию. Осенью 2014-го и весной 2015 года тысячи активисток и ученых посетили конференции в Нью-Дели (Индия) и Нью-Йорке, чтобы обсудить, насколько вопросы равенства касаются мужчин и мальчиков. В речи, прозвучавшей в самом начале конференции в США, Фумзиле Мламбо-Нгкука, руководительница структуры Организации Объединенных Наций по вопросам гендерного равенства и расширения прав и возможностей женщин («ООН-женщины»), объяснила происходящее следующим образом: «Мы, женщины, боремся за то же, за что борются здравомыслящие мужчины»[15]. С настолько же впечатляющей целесообразностью подошла к вопросу активная феминистка и писательница Глория Стайнем, сказав: «Осмелюсь заявить, каждый из нас получит от феминизма лишь одно — мы сохраним нашу человечность»[16].

Сами мальчики пламенно желают, чтобы родители признали их истинную суть, чтобы школы предоставили им достаточно возможностей и чтобы сообщества воспели их разносторонность. К счастью, невзирая на стереотипы о мужчинах, нельзя окончательно подавить человеческие инстинкты. Человеческое развитие — это сила, способная перевернуть мир. Даже когда традиционные представления о мужественности давят на юношей, они используют творческий подход, силясь подстроиться под равенство во взаимоотношениях. По мнению социолога Майкла Киммела, «данные активно указывают на то, что современные американцы, в отличие от всех своих предков, смиренно, без идеологической истерии, привыкают к гендерному равенству как в личной жизни, так и на работе»[17].

Как сказала Мламбо-Нгкука, дело в «здравомыслящих мужчинах и мальчиках». Все активнее ведется беседа о том, как должен вести себя добродетельный мужчина и как воспитать в нем необходимую добродетель. Действия мужчин в Портленде соответствуют результатам опроса на тему представлений о добродетели и силе характера, проведенного Центром позитивной психологии при Университете штата Пенсильвания. Оказалось, мужчинам свойственно придерживаться как положительных, так и отрицательных «мужских» черт. Многие мужчины, подверженные влиянию стереотипов, могут впасть в отчаяние, подавленное состояние и стать опасными для общества. Такой мужчина, оборвав все связи и ограничив самосознание,

решает: он способен на что угодно[18].

Однако некоторые мужчины (как те, которые защищали девушек от обидчиков) придерживались принципов добродетели вне зависимости от уровня социализации. Их действия во многом подтверждают: мужчины добры по своей сути. Герои помогают нам узнать, на что мы способны на самом деле. В чем мы ежедневно можем полагаться на мужчин? Хватит ли их доброты для того, чтобы преодолеть отчаяние, вызванное опытом детства?

Современные представления о типичном юношестве оставляют желать лучшего. Одних мальчиков воспитывают одними методами, других — другими, в зависимости от того, где им повезло родиться и насколько высоко качество тех ресурсов и взаимоотношений, которые им доступны. Если не бросить вызов методам воспитания, распространенным в школах, спортивных клубах, сообществах и семьях, впоследствии придется расплачиваться за безответственность. Некоторые мальчики в будущем сумеют вспомнить о своей доброте; а некоторые навеки обратят свое сердце в камень. Ни одна семья, ни одна школа и ни одно сообщество не в силах предугадать, каким вырастет тот или иной мальчик.

Ради каждого мальчика в нашей жизни и ради всего общества взрослые должны принять на себя ответственность за их взросление. Нет смысла искать одно-единственное решение этой извечной социальной проблемы — не говоря уже о несправедливости такого подхода.

Сегодня мы как никогда готовы поддержать каждого мальчика в борьбе против стереотипов о мужчинах. Однако чтобы поддержка превратилась в полноценное движение, которое перевело бы случаи потерь и лишений на пути мальчика к взрослой жизни в разряд исключений, а не правил, нам следует реально оценить ситуацию и понять, чем придется пожертвовать.

Два вида лишений, свойственных именно мальчикам, отражают поставленное на кон.

Изголодавшиеся мальчики

Когда я провожу семинары для сотрудников администрации школы, я часто демонстрирую видео; в роликах с согласия участников записаны беседы, которые я проводил в рамках своего исследования. В одной такой беседе участвовал Брендан — ученик школы в Торонто, поддерживаемой правительством. В первой части видео подросток объясняет: когда он ощущает связь с учителем и осознает, что его понимают и уважают, ему намного

проще справляться с заданиями и участвовать в жизни класса. Если связи нет, то он становится трудным учеником. «Возможно, это недостаток моего характера, — признается он, — однако я положительно отзываюсь на отношения и отвлекаюсь, когда отношений нет». Когда я спрашиваю, как именно Брендан «отвлекается», он добавляет: «Наши отношения с учителем портятся, ведь он думает, что мне не нужен урок. Но я умный парень. Мне нравится учиться и все такое. Вот только если учитель меня не уважает, мне тяжело работать».

Когда я спрашиваю, что значит «тяжело», Брендан отвечает: он обычно «много болтает, не обращает внимания на слова учителя». Если преподаватель пытается сделать ему замечание, то Брендан может «просто заткнуться и молча делать задания, втайне ожидая окончания семестра». Он добавляет: «Если учитель говорит со мной и пытается наладить отношения, то мне интереснее у него учиться. Я начинаю лучше себя вести, если учитель по-доброму поговорит со мной».

Что же происходит, если педагог отрицательно отзывается на его действия и говорит с ним без доли сочувствия? «Я его избегаю, веду себя дерзко, мне не хочется вникать в его слова». «Начнешь ли ты действовать назло преподавателю?» — спрашиваю я. «Да, начну», — без промедления отвечает Брендан и рассказывает об учителе французского, который отправил его в деканат за плохое поведение и «нежелание слушать учителя». Когда мальчику позволили вернуться на занятия, отношения с педагогом значительно ухудшились, поскольку Брендан различными способами пытался «захватить власть». Кабинет превратился в поле битвы.

Философ педагогики Нел Ноддингс как-то спросила: разве не тот считает своим нравственным долгом проявлять уважение и внимание, к кому проявили заботу? Что же будет, если этот нравственный долг не пробудить[19]? Брендан на видео — это взъерошенный, но на удивление честный, приятный и открытый подросток. Его слова об учителе знакомы всем, кто хоть раз проводил время с мальчиками. Не понимая, что все дело в нехватке социального опыта, мальчик судит о происходящем с точки зрения своих прав и промахов преподавателя. И хотя Брендану хватает ума признать свой «недостаток», он считает верным проявлять этот недостаток перед учителем французского. На самом деле он даже доволен такой возможностью.

К сожалению, Брендану не хватает нравственных ориентиров, которые направляли бы его поведение в случаях, когда он переживает предательство. Без этих ориентиров мальчик полагается на нормы мужественности, поощряющие конфликты с

учителями и недооценивающие силу взаимоотношений. Брендан рассматривает конфликт с преподавателем только сквозь призму своего разочарования. Он не умеет и не желает думать о том, что у педагога могут быть свои проблемы, не понимает чужих чувств и не отзывается на них — а ведь это очень важные навыки общения. Его нарциссическое поведение не просто дело возраста; состраданию можно научиться лишь на собственном опыте.

Согласно психологам Кейт Кэмпбелл (из Университета штата Джорджия) и Джин Твендж (из Калифорнийского университета в Сан-Диего), пик нарциссизма обычно приходится на людей младше тридцати лет. Ученые проанализировали более сотни исследований, посвященных оценке количества студентов колледжа с признаками нарциссизма, и обнаружили «резкий скачок» в показателях в 2008 году. Другая группа исследователей выявила: количество людей возрастом около двадцати лет, которым диагностировали нарциссическое расстройство личности, увеличилось в три раза по сравнению с теми же показателями у прошлых поколений. В рамках еще одного метаанализа, проведенного под руководством Эмили Гриялвой из Университета штата Нью-Йорк в Буффало, группа ученых проанализировала 355 статей о нарциссизме в трех аспектах: склонность нарциссов к лидерству; напыщенность и самолюбование; а также привычка считать всех вокруг себя должными. Исследователи обнаружили, третья черта особенно ярко проявляется у мужчин: они чаще склонны пользоваться другими и уверены, будто заслуживают особых полномочий[20].

Джеффри Клугер, автор вниги «The Narcissist Next Door: Understanding the Monster in Your Family, in Your Office, in Your Bed — in Your World»[31], резюмировал изыскания, показывающие, что мужчины бывают нарциссами чаще: «Если выбирать людей, которые постоянно прихорашиваются, ходят с важным видом, любуются собой, ведут себя высокомерно, делают все напоказ, которые самодовольны и черствы, а также считают всех вокруг должниками, то мальчиков окажется больше, чем девочек»[21].

Положительная самооценка — здравый подход; это основа уверенности в себе. Древнееврейский учитель Закона Гиллель изрек знаменитое: «Если не я за себя, то кто же за меня?» Конечно, матери и отцы желают, чтобы их сыновья любили себя. На самом деле очень много методов воспитания направлено на убеждение ребенка в своей исключительности. Но, согласно исследованию на тему мышления психолога Кэрол Дуэк из Стэнфордского университета, положительная самооценка не является ключом к успеху[22]. В конце 1960-х люди начали верить, будто самооценка ребенка напрямую влияет на его успех. Были

упразднены образовательные практики, способные ухудшить ее. Тренеры начали давать призы всем спортсменам. Преподаватели учились заменять критику похвалой. В 2003 году психолог Рой Баумайстер изучил научную литературу о самооценке, выпущенную за последние тридцать лет, и обнаружил, что оба метода и вывода чреваты серьезными проблемами. Две сотни исследований, проведенных в соответствии с основополагающими исследовательскими стандартами, на самом деле подтвердили, что высокая самооценка не соотносится с высокой успеваемостью или достижениями в карьере[23].

Исследование Дуэк показало: мотивации и продуктивности способствует вера в свои усилия. Если дети зарывают талант в землю и почивают на воображаемых лаврах, это подрывает их успех. Брендан считал себя «умным ребенком, любящим учиться». Однако его объяснения по поводу происходившего в кабинете французского — пересказ трагедии о талантливом мальчике, который потерял желание получать знания из-за противостояния с учителем, — выглядели как попытка оправдаться. Брендан пожертвовал своей успеваемостью и отдалился от учителя, который его не похвалил.

Многие мальчики становятся близорукими нарциссами чтобы уберечься от критики. Забившись в угол и повторяя «я не виноват», они не могут двигаться дальше — и отгораживаются от мира лишь сильнее, когда подобный подход не приводит к положительным результатам.

Клинический термин «нарциссизм» произошел от имени древнегреческого мифологического персонажа Нарцисса, который погиб, влюбившись в собственное отражение. Ранние психоаналитики описывали самолюбование как этап, задающий тон грядущим взаимоотношениям с окружающими. Однако специалисты в области психологии развития поняли: некоторые личности, по большей части мальчики, не вступают в отношения, подразумевающие взаимность. Такие дети, согласно мнению психоаналитика Хайнца Кохута (чьи мысли о нарциссизме и сострадании произвели революцию в области психологии развития в 1990-х годах), редко видели свое «отражение», из-за чего стали неуверенными в себе и одержимыми этой неуверенностью. Они страдают от неутолимой жажды признания; избегают настоящих отношений с людьми, предпочитая строго контролировать их. Согласно Зигмунду Фрейду, австрийскому психологу и основоположнику психоанализа, «когда они любят, они не желают обладания, а когда желают, не могут любить»[24].

Любые недостатки в развитии мальчиков усугубляются постоянной конкуренцией. Чувствуя себя неуверенными и желая

это исправить, многие мальчики стремятся к статусам и наградам, даже вопреки своей истинной сути. «Но если я только за себя, то что я значу?»[32] — добавил Гиллель в следующей части своего изречения. Юношество вынуждает мальчиков терпеть множество лишений, однако те, кто отказывается взвалить на себя достаточно тяжелый груз и отправиться в плавание по незнакомому морю взаимоотношений, сталкиваются с печальными последствиями. Некоторые мужчины, в которых не воспитали уверенности в себе, могут всю жизнь потратить на то, чтобы удержаться на плаву в одиночку.

Плохие мальчики

Молодых людей, одержимых своими неудовлетворенными потребностями, часто путают с другими — ведущими себя асоциально. И нарциссы, и социопаты манипулируют окружающими, используют их и не волнуются ни о чем, кроме собственных интересов. Окружающие нужны им только в качестве инструментов. И нарциссы, и социопаты могут казаться очаровательными и убедительными, особенно когда они целиком сосредоточены на достижении важной цели. И нарциссы, и социопаты чаще всего — мужчины.

Антисоциальное расстройство личности описывают как «совершенное игнорирование прав окружающих». В своей книге «Bad Boys, Bad Men: Confronting Antisocial Personality Disorder (Sociopathy)»[33] психиатр Дональд Блэк делает следующий вывод: «Главное эпидемиологическое качество антисоциального расстройства личности заключается в том, что оно почти всегда случается у мужчин»25. Однако немыслимое, антисоциальное поведение мужчин обычно вызвано традиционным воспитанием. Юношество, построенное на правиле «человек человеку волк», заставляет многих мальчиков действовать наперекор социальным нормам. Для социопата характерно лживое, агрессивное, импульсивное и безрассудное поведение, которое не соответствует принятым правилам и законам.

К счастью, мальчики, плохо ведущие себя в детстве и юношестве, с возрастом учатся держать себя в руках и сострадать другим. Большинство озорников шкодят лишь в определенных ситуациях, например под влиянием сверстников, и со временем эта привычка исчезает. На самом деле то, что 60 % мальчиков в течение подросткового возраста нарушают дисциплину, свидетельствует о влиянии на них традиционных норм мужественности.

Обеспокоенные родители и директора часто приводили или отправляли ко мне непосед. Дерека отправили ко мне в принудительном порядке, после того как застукали его за актом вандализма. Пока мы с ним разбирались, какие именно мысли подтолкнули парня к данному поступку, пытаясь найти причину произошедшего, я заметил, что на него очень сильно влияет небольшая группа сверстников, общение с которой обещает немало волнительного опыта и ощущение свободы. Мальчика не вела тайная злоба или искаженное мышление — ему скорее не хватало здравомыслия и самоконтроля. Психолог Терри Моффитт из Висконсинского университета утверждает, что лишь 5 % мужчин — настоящие социопаты[26].

Однако во время работы в стационаре я встречал подростков, которые не реагировали на лечение, основанное на тщательно продуманной системе поощрения и наказания. Система «уровней» ставит перед пациентами цели — и по их достижении дарует привилегии. Она способствует тому, чтобы сверстники оказывали друг на друга положительное влияние и стремились к общению. Однако социопаты данному подходу не поддавались. Они вели себя одинаково — как получив награду четвертого уровня (позволяющую выходить на улицу, посещать зал отдыха, задерживаться в столовой после обеда и так далее), так и оставаясь запертыми и ограниченными в свободе на первом уровне. Во втором случае они разве что испытывали чуть больше дискомфорта. Кроме того, социопаты никак не реагировали на наказания. И хотя порой казалось, они начали налаживать с кем-то общение, затем выяснялось, они поступали так только ради личной выгоды — «Чем мне может быть полезен этот человек?» — и манипулировали нами. Они считали мнение окружающих важным лишь тогда, когда это приближало их к желаемому.

У нас кровь стыла в жилах от того, насколько умело некоторые мальчики все просчитывали и манипулировали людьми. В стационар прибывали пациенты с самыми разными проблемами. Некоторые страдали от депрессии и суицидальных мыслей; кого-то присылали потому, что ни дома, ни в школе, ни где-нибудь еще с ними не могли справиться — совершенно. Прочих сотрудники по работе с несовершеннолетними отправляли на лечение принудительно — за такие преступления, как кража, вандализм, ограбление, распространение наркотиков, нападение. Когда очередной пациент приходил ко мне на первую встречу, я обычно мог понять его уже по первому впечатлению. Если волосы вставали дыбом оттого, насколько юноша отстранен и расчетлив, то я был уверен: от дурных поступков его способен удержать только страх ареста. В его жизни не было взрослых,

которые привили бы ему необходимые ценности.

Один юноша по имени Джо, красивый, с заразительной улыбкой и внешне невинный, оказался самым проблемным из всех подростков, встречавшихся мне; он нагло нарушал все правила и встречал последствия с каменным лицом. Обычные методы перевоспитания с ним не работали. Однажды он украл из столовой нож, чтобы проделать дыру в гипсовой стене и попасть в соседнюю комнату; так совпало, что в ней как раз находилась девушка, которую госпитализировали после нескольких лет сексуального насилия. Джо умудрился уговорить ее на оральный секс через дыру в стене. Когда группа врачей указала ему на совершенно неуважительное отношение к девушке, он лишь пожал плечами. У него не было никаких чувств по этому поводу.

В ранние годы своей карьеры я пытался определить, в какие моменты такие мальчики, как Джо, обижаются окончательно и перестают верить в людей. Я надеялся помочь юношам справиться с разочарованием, не позволяющим наладить здоровые отношения с окружающими и вместо этого заставляющим оправдывать свои ужасные поступки, далекие от здоровых попыток получить удовольствие. Я искренне верил в силу медицины. Прошло много лет, и я лишь узнал, насколько сильные травмы способен выдерживать человеческий разум. Однако меня отрезвляет то, насколько сломленными и потерянными бывают мальчики и сколько нужно отваги, заботы, терпения и уверенности, чтобы исцелить их.

В поиске ответов на вопрос о том, почему мальчики становятся социопатами, исследователи обратились к биологии. Антисоциальное поведение может быть вызвано различными причинами. Генетика, травма органов, пережитое в детстве насилие, отчуждение — все это может привести к расстройству, которое, согласно доктору Блэку, «пускает побеги и расцветает при подходящих условиях». Однако не все так плохо. Мальчика можно спасти, несмотря на то что его путь к антисоциальному поведению вымощен лишениями и обидами, испытанными в детстве. «Мы точно знаем, все можно изменить, — пишет Блэк. — К некоторым социопатам удается найти подход»[27].

Этот вдохновляющий прогноз особенно важен в случаях, когда антисоциальное поведение вызвано расовой и классовой принадлежностью, сопряженной с традиционными представлениями о мужественности. К факторам, подталкивающим к преступлениям и нарушениям дисциплины, также относится социальное угнетение. Темнокожие мальчики и мужчины оказываются в тюрьме намного чаще, чем представители белого населения; в пяти штатах соотношение —

почти десять к одному. Согласно докладу центра «Sentencing Project» (вашингтонский центр, выступающий за реформу уголовного права), это соотношение применимо к приговорам по делам, связанным с наркотиками, к случаям, когда судья предвзят к подсудимому из-за его расовой принадлежности и когда семьи представителей расовых меньшинств по умолчанию оказываются в невыигрышном положении. Другими словами, юноши — представители цветного населения сталкиваются с предрассудками, из-за которых их чаще наказывают, чем лечат.

Для таких мальчиков тюрьма — всего лишь очередной факт биографии, причем со школьной скамьи. Они понимают, сознательно и подсознательно, что расовые предрассудки будут преследовать их на каждом шагу. Новое исследование, проведенное учеными из Стэнфордского университета, Гарвардского университета, а также Бюро переписи населения США, позволило обнаружить: даже имея одинаковые социальные и экономические предпосылки, темнокожие мальчики живут намного хуже белокожих. Самая широкая пропасть между белым и цветным населением наблюдается среди людей с высоким достатком. Как сообщила газета «The New York Times», «исследования четко демонстрируют, что представители темного населения сталкиваются с проблемами, совершенно уникальными для представителей их расы»[28].

Профессор Энн Арнетт Фергюсон из Колледжа Смит в течение трех лет исследовала учеников городской начальной школы; она описала группу детей, которых сотрудники школы нарекли «будущими преступниками», — расовые предрассудки, будто кривое зеркало, искажали их представление о себе. Психолог Говард Стивенсон из Университета штата Пенсильвания говорит о «крайней уязвимости» тех мальчиков, которых воспринимают не как личностей, а как возможную угрозу обществу; в итоге их сопротивление и негодование выражаются в преувеличенно «мужественном» поведении[29].

Именно преувеличенная мужественность, связанная с крайней уязвимостью, стояла меж мной и Найлсом — мальчиком, с которым я работал в семейном суде. Во время наших бесед я видел чувствительного и артистичного молодого человека. Однако, сталкиваясь с давлением на улице, он вынужден был прятаться за маской. Пока он ожидал слушания, к уже совершенному им преступлению прибавились новые — хранение наркотиков, угон автомобиля, ограбление. Я понял, мои попытки спасти его не поспевают за влиянием семьи, школы и улицы. Прямо у меня на глазах он становился именно тем «плохим мальчиком», каким все хотели его видеть: после задержания он

стоял в камере, настолько возбужденный дракой и необходимостью противостоять угрозе и насилию, что его было почти не узнать.

Как воспитывать наших мальчиков

В наше нелегкое время, когда многое меняется и многое стоит на кону, родителей мучают противоречивые мысли о том, как верно воспитывать сыновей. Некоторые воспевают традиционные ценности и методы; например Эрик Дэвис и Дана Санторелли, авторы книги «Raising Men: From Fathers to Sons — Life Lessons from Navy SEAL Training»[34], не задумываясь связывают мальчишкам руки за спиной и опутывают веревками их ноги, прежде чем бросить в бассейн — так, в их понимании, следует воспитывать «силу воли»[30]. Голоса, уверяющие, что мужская биология должна стоять по главе угла, борются с рекомендациями, основанными на менее строгом воспитании мальчиков — наравне с девочками. Дискуссия о верном воспитании сыновей напоминает мне о самом начале моей карьеры, когда я услышал об обучении мальчиков следующее: гормональные различия приводят к различиям в количестве энергии и умении сосредоточиваться на школе, учителях и учебе. Подобного рода мнения ошибочны потому, что ни одно из них не основано на корректных исследованиях — или опыте.

Когда я организовал проект «On Behalf of Boys»[35] в школе, вокруг звучало много критики и красивых слов, вот только никто не мог предложить родителям конкретные факты. По крупицам собрав необходимую научную базу, мы смогли организовать курс «Raising Sons 101»[36]. Он демонстрирует, насколько мы желаем помочь родителям мальчиков проанализировать свой подход к воспитанию и найти ответы на самые важные вопросы.

Курс «Raising Sons 101»

Данный курс включает в себя пять занятий, выстроенных вокруг рекомендаций по развитию, и предлагает родителям необходимые сведения, набор полезных инструментов, а также списки правил и запретов.

Урок 1: Поддерживайте своего сына

Поддержка должна быть основана на понимании родителями того, с какими угрозами их сын столкнется в период

социализации. Усвоив общие принципы развития мальчиков, родители смогут побороться за благополучие сына. Например, если они заметят, что на мальчика давят сверстники или его выбор ограничен из-за влияния общества, то смогут вмешаться в его жизнь и помочь ему вернуться на путь искренности.

Большинство мальчиков сталкивается с давлением в первые годы жизни, когда младенцу запрещают плакать, ведь «ты уже большой мальчик». Позже, если он играет с куклами или другими игрушками, предназначенными для девочек, его начинают ограничивать и даже ругать. Обычно то же самое происходит, если мальчик приглашает девочек к себе домой или хочет дружить с ними. Однако позднее, на спортивных полях и игровых площадках, возникает еще больше источников давления, принуждающих его к «мужественному» поведению: к борьбе за девушек и власть, к игре через боль и так далее. Почти ежедневно родители подростков могут самыми разными способами напоминать своим сыновьям о том, что они понимают и любят их за то, кто они есть, и что мальчики вправе по-своему проявлять и познавать мужественность.

Родители способны помочь мальчику множеством способов: вмешаться в его жизнь, вместе решить проблемы, убедить сына в том, что он всегда найдет утешение в семье. Например, если давление традиционных представлений становится невыносимым, родители могут спросить у сына, не нуждается ли он в помощи, устроить мозговой штурм и подобрать подходящее решение. Когда мальчик становится старше, ему может быть стыдно просить помощи у родителей; с чувством неловкости и унижения мальчику помогут справиться воспоминания родителей о собственных попытках противостоять влиянию гендерных норм. Иногда родители не могут расставить приоритеты и решить, ограничить им сына или поддержать его. В таких случаях я предлагаю для начала оценить положение дел: Что давит на мальчика и как это на него влияет? Что ему нужно больше: ограничение и наставления или понимание и утешение?

Будучи родителями, мы должны мыслить стратегически и помнить об основных своих задачах: поддерживать сына в его противостоянии давлению, и обращаться за помощью, если собственных усилий недостаточно. Быть союзником мальчика — значит всегда понимать его проблемы и воспринимать их всерьез и в то же время верить в способность мальчика определить свою судьбу.

Родители мальчиков слишком часто упускают именно это. Многие, конечно, пытаются помочь — тем или иным образом, — однако неверно оценивают ситуацию. Они нарушают личные

границы сына, не понимают его тревог — например, думают, что он грустит из-за своей непопулярности, — и вместо реальных проблем выдумывают несуществующие. В результате родители отбивают у ребенка желание идти им навстречу и внезапно сами становятся причиной проблем. Вместо получения поддержки и защиты мальчик в итоге теряет уверенность в себе и, возможно, даже отгораживается от родителей.

Чтобы поддержать своего мальчика, необходимо сформировать собственную точку зрения о юношестве и стереотипных представлениях. Воспитать мальчика верно не получится, если родитель не признает: каждый ребенок уникален. Чтобы сформировать свою точку зрения, родители могут внимательно изучать исследования, посвященные мальчикам; читать книги, в которых рассказываются реальные истории о мальчиках. Рассеяв туман неизвестности, родители сумеют разглядеть в своем сыне личность.

Родители должны всю жизнь напоминать мальчику о том, насколько он хороший — и что он мальчик. Если учитывать современные обстоятельства, то совершенно неудивительно, насколько представления о мальчиках противоречивы; родители крайне настороженно относятся к тем методам воспитания, которые могут навредить их сыновьям. Это противоречие знакомо мальчикам всех возрастов. Но родители могут показать сыну: они любят его и не намерены осуждать. Если родители будут силой выдавливать из себя гордость заслугами сына, они сами запутаются во внутренних противоречиях, а может, даже начнут злиться. Осмысленный подход к собственным эмоциям поможет родителям избавиться от сомнений и вырасти над собой.

Быть на стороне мальчика не значит всегда бросаться к нему на помощь. Намного важнее убедить его в том, что он не один, и держаться рядом, показывая: ему есть на кого положиться. Таким образом, мальчик станет увереннее в себе.

Урок 2: Отношения помогают понять себя

Поскольку давление со стороны сверстников крайне сильно, бороться с ним можно только с помощью развитого чувства собственного достоинства. Родителям следует помнить: отношения с ними являются первым оборонительным укреплением, позволяющим сыновьям справляться с противоречиями. Если мальчик уверен в любви родителей, он будет любить их в ответ и уважать их взгляды. С такой поддержкой он сможет независимо познавать окружающий мир.

Как сформировать крепкие взаимоотношения с сыном? Можно выработать навык отзеркаливания. Родители могут

тренировать этот навык друг с другом, по очереди рассказывая о том, что они любят и ценят в своем сыне. Будьте как можно точнее в описаниях и говорите о конкретных случаях, когда ваш сын проявил себя наилучшим образом. Такая практика не только подготавливает родителей к будущему общению с сыном, но также учит их поддерживать ребенка и искренне хвалить его, невзирая на свои тревоги или его промахи. В итоге родители учатся сознательно сдерживать желание обвинить сына в своих бедах или сорваться на нем.

Эффективные подходы к построению взаимоотношений, которые мы выявили благодаря нашему исследованию, будут полезны и родителям. Можно завести общие увлечения с сыном, найти одинаковые черты характера, вовремя предложить так необходимую ему помощь, проявлять терпение и понимание и так далее — демонстрация привязанности позволяет мальчику увидеть в родителях источник силы, а не судей и критиков. Из-за того, что культурные нормы призывают мальчишек отказываться от помощи родителей, последним важно показать свою готовность помочь и заинтересованность.

Недавняя встреча с Сирилом и его матерью напомнила мне, как много мальчиков неосознанно начинают заботиться о своих родителях, вместо того чтобы принимать их заботу. В тринадцать лет Сирил либо непрерывно играл в «Fortnite», либо ходил злой. Его мама списывала все на подростковый возраст. Но когда я помог им обсудить возникшую между ними пропасть, стало очевидно: Сирил желал защитить свою мать — отозвавшись на грусть, вызванную недавней смертью его бабушки, он взвалил на себя проблемы и разочарования матери. Она понятия не имела, что Сирил принял на себя такую большую ответственность и отдалился от нее во имя ее же блага. Когда мать это осознала, она настояла на том, чтобы сын был честным с ней и рассказывал ей обо всем даже тогда, когда она грустит или занята. Она объяснила: близкие отношения с сыном всегда приносили ей радость.

Сталкиваясь с критикой, искаженной конкуренцией и популярной культурой, мальчик либо находит свое истинное отражение в семейном «зеркале» — либо, чаще, идет по жизни без него. Не научившись доверять родителям, мальчики становятся падкими на награды, предлагаемые культурой — например, на победы или достижения, ценные по мнению компании сверстников, — и перестают думать. Но все будет совершенно иначе, если в жизни мальчика появится хотя бы один взрослый человек, который поймет и полюбит его.

Урок 3: Учите мальчика выражать эмоции

Отношения учат мальчика осознавать и выражать свои чувства. Мальчики делятся эмоциями только тогда, когда не боятся порицания или осуждения. Если мальчик не видит угроз и барьеров на пути, он перестает сдерживаться и долго-долго рассказывает о себе. Поначалу его эмоции могут показаться грубыми и неприятными, даже злобными; кроме того, они могут быть направлены на самих родителей. Неизменное раздражение Сирила определенно сбивало его мать с толку, пока она не осознала: сын пытается сказать ей, что не способен держать все в себе, невзирая на все старания. Однако в отношениях с безусловно любящим его родителем мальчик узнает, как важно, несмотря на трудности, сохранять связь с близкими, даже если хочется оттолкнуть их от себя.

Умение слушать бесхитростно по своей сути, однако освоить его непросто. Многие родители пытаются слушать мальчиков, невзирая на занятость и на то, что не остается времени на себя, а многие дела не удается завершить. Из-за стрессов родители могут быть рассеянными, раздражительными и эмоциональными в случаях, когда их сыновья ведут себя неразумно. Но одними чувствами не выйдет разобраться в поведении ребенка и выявить руководящее им разочарование.

Чтобы выслушать ребенка, нужно заглушить свой внутренний монолог и излучать внимательность, доброту и заинтересованность. Чтобы научиться проявлять внимание, взрослый просто должен практиковать этот навык на мальчике. Например, если тот играет или смотрит передачу, можно сесть рядом и с интересом понаблюдать за ним, не прерывая. Если вы вместе куда-то едете, задайте вопрос, который укажет на ваше искреннюю, открытую заинтересованность в чем-то, что мальчик любит: «Какую песню слушаешь?», «Что было в передаче, которую ты смотрел?», «Как выступила твоя любимая команда в последней игре?». Главное — не требовать, чтобы мальчик что-то объяснял или даже просвещал вас; сын всего лишь должен почувствовать радость от обращенного на него внимания родителей.

Оттачивая умение слушать других, родители все внимательнее прислушиваются к ребенку и все реже отвлекаются. А мальчики привыкают к приятным беседам. Если у ребенка есть надежная опора в виде взаимоотношений с родителями, результатом станет умение мальчика выговариваться и искать утешение. Когда мальчик осознает, что он может довериться кому-то и от этого ему становится легче, он ведет себя искреннее и не отдаляется от окружающих. Кроме того, он намного лучше понимает себя.

Чтобы избежать самых распространенных ошибок — и не задавать вопросы только с целью получить больше сведений или удовлетворить любопытство, а также не принимать эмоции сына близко к сердцу, — необходимы упорные тренировки. Но какое же счастье, когда в результате мальчик научится делиться искренними эмоциями, не боясь их осуждения. Определяющим для желающих повысить уровень эмоционального интеллекта является умение понимать, как именно чувства влияют на наше мышление и поведение.

И самое важное правило — родители никогда не должны давать советов в ответ на рассказы детей. Указания тормозят развитие критического мышления; кроме того, мальчик может обидеться на поучения. Большинство мальчиков (особенно те, что постарше) борются за право самостоятельно принимать решения и предпочтут и вовсе не разговаривать со взрослыми, нежели выслушивать их догадки и наставления.

Урок 4: Зарабатывайте уважение

Компании мальчиков обычно отгораживаются от взрослых, всеми способами проверяя силу и влияние установленных родителями правил; мальчики давят на других участников компании, дабы те не ябедничали, исключают из своих групп девочек и пакостят им; кроме того, они подбивают друг друга с помощью гаджетов, алкоголя и наркотиков справляться с подавленными чувствами. Родителям придется ограничивать своих сыновей и отваживать их от нравов сверстников. Однако если взрослые не умеют держать себя в руках, когда их сын бунтует, им придется очень постараться и научиться терпению.

Спрашивая с мальчика за его поведение, необходимо руководствоваться тремя обязательными правилами: принимать его эмоции, сдерживать его поведение и учить его здоровому общению.

Даже устанавливая ограничения, призванные контролировать поведение мальчика, родители не должны отрицательно отзываться на эмоции, обусловливающие это поведение. Например, можно по-разному реагировать на злобу: одно дело — запретить сыну выражать злость определенными способами (нет смысла позволять мальчику действовать деструктивно, угрожающе или жестоко, а еще бывает полезным призвать его к вежливому общению), и совсем другое — бранить мальчика за гнев.

Если мальчик разочарован — «Вы меня подвели!» — нельзя поддаваться соблазну и все разъяснять, оправдываться или отрицать его слова; нужно всего лишь выслушать его, и это,

скорее всего, поможет ему во всем разобраться и испытать облегчение. Если родители желают стать духовными наставниками своих детей, они должны принимать на себя любые, даже самые болезненные эмоции мальчика. Когда границы строго очерчены, дети обычно взрываются обидой — и в этом как раз и заключается основная задача подобной практики: она помогает освободиться от напряжения, из-за которого мальчик ведет себя неподобающим образом.

Ограничивая сына, родители демонстрируют, что видят в нем способного, воспитанного человека, умеющего справляться с обидами и напряжением и вести себя правильно. Мы сталкивались с таким явлением во время своего исследования — в случаях, когда плохое поведение мальчика совершенно не влияло на отношение к нему учителя; много мальчиков менялись на глазах, если преподаватель не обращал внимания на их промахи и позволял исправиться. Мальчики осознавали, что педагог даже не думал в них сомневаться и теперь ожидает приемлемого поведения.

Мальчики неосознанно надеются, что родители выдержат их агрессию и проверки на прочность. Однако дети также надеются, что при этом их отношения с родителями не испортятся, связь не ослабнет, равно как и ощущение того, что их принимают такими, какие они есть, не возникнет никаких новых трудностей и так далее. Чтобы поддержать необходимое равновесие, родители должны добиваться уважения стратегическим, а не реактивным путем. Ограничения всегда должны основываться на вдумчивой оценке ситуации и желании выслушать ребенка, вне зависимости от того, какое именно разочарование движет его неразумным поведением. Реакция, вызванная разочарованием самих родителей, непоследовательна, неустойчива и приводит к тому, что мальчик продолжит проверять родителей и яростно сопротивляться.

Урок 5: Воспитывайте в мальчике самостоятельность

На культуру до сих пор в значительной мере влияют образы наподобие «одинокого рейнджера» — воплощения совершенной независимости. Однако здоровое развитие подразумевает воспитание не столько независимости, сколько самостоятельности, основанной на активности, здравомыслии и уверенности в себе. Чтобы вырастить сына самостоятельным, родители должны неизменно поддерживать его в борьбе с трудностями, но не решать проблемы за него, если он усомнится или оступится. Вместо этого родители, как любые хорошие наставники, должны вселять в ребенка уверенность и принимать

на себя его разочарование или печаль.

Как бы противоречиво это ни звучало, мальчик обучается самостоятельности благодаря взаимоотношениям, а не отстранению или отчуждению. То, насколько хорошо родители поддерживают связь с ребенком и насколько они честны с ним по поводу важных ценностей и семейных нужд, определяет, насколько независимым вырастет сын. Передо мной сидит молодой человек, который только что яростно уговаривал родителей разрешить ему курить травку: «Все остальные ведь курят. У вас такие старомодные и глупые взгляды. Это нисколько не вредно». Последней выдумкой была попытка поступить наперекор родителям и ночью тайком выбраться из дома либо спуститься в подвал.

Однако родители, к их чести, остались невозмутимы. Даже настаивая, что состояние опьянения никак не может пойти на пользу организму, и требуя, чтобы сын прекратил курить, они не дали ему повода усомниться в любви и уважении. Порой беседа становится напряженной, особенно когда родители говорят, что ограничат свободу сына, если он не послушается. Однако сын уверен: родители желают ему блага даже тогда, когда их точки зрения не совпадают, и решает принять их позицию. Поддавшись суждениям родителей, он при этом не теряет себя.

И хотя в любых отношениях важно находить компромиссы и устраивать переговоры, конфликты порой рассеиваются сами собой, если родители проявляют к ребенку уважение, прислушиваются к нему и позволяют ему избавиться от накопившегося напряжения. Как только удается избавиться от негативных эмоций, удается разрешить конфликт. Чтобы найти точку равновесия между сохранением отношений и желанием сына расправить крылья, родители должны вспомнить, как их в свое время приучали к самостоятельности — и как этот опыт влияет на их отношения с сыном.

Справедливые и достойные мужчины

В нашу эпоху, построенную на отношениях, мальчикам и юношам почти всегда приходится сотрудничать с другими — самыми разными — людьми. Они строят отношения и семьи, свободные от ограничений прошлого и отражающие глубокую приверженность идеям равенства. Чтобы жить эффективно и продуктивно, мальчик должен освоиться в условиях равноценного обмена, не признающего иерархии и привилегии. Молодые люди должны понять: в основе успеха лежат справедливость и

добродетель. И пусть мы до сих пор слышим древние песни, будто мужчины важнее женщин, — миллениалам и поколению Z необходимо научиться жить в мире, где представители разных полов, рас, социальных классов и так далее имеют равные права. Как же родителям помочь в этом своим сыновьям?

Согласно одной стратегии, необходимо, как сказала Глория Стайнем, «воспитывать мальчиков примерно как девочек»: это откроет перед ними больше возможностей эмоционального плана. В недавнем выпуске журнала «Vanity Fair» эксперт Моника Левински написала о «новых границах мужской уязвимости», предложив «нетипичные» ролевые модели в лице Брэда Питта, принца Гарри и Jay-Z — «душевных, интересных, уязвимых и даже феминистичных» личностей. Когда Питт попал под обстрел консерваторов, заявивших, что он просто недостаточно «возмужал», если рассказывает о своем лечении от зависимости и занимается саморазвитием, Левински выступила в его защиту, указав на «перемены, коснувшиеся молодого поколения: теперь, чтобы «возмужать» и стать «настоящим мужчиной», молодой человек учится выражать эмоции, признавать ошибки, открывать свое сердце и не бояться последствий»[31]. Эксперт из «The New York Times» Клэр Кейн Миллер выпустила популярную статью под заголовком «Как воспитать сына феминистом». Определяя сторонников феминизма как людей, способных полноценно воплотить в жизнь представления о равенстве, она обратилась к помощи знатоков и вывела двенадцать рекомендаций, полезных для «тех, кто желает воспитать добрых, уверенных в себе детей, умеющих следовать за своей мечтой»[32]. По ее мнению, первым делом нужно разрешить мальчикам плакать. Направление всех эмоций в одни лишь вспышки злости чревато негативными, долгоиграющими последствиями. Лишь когда сердце и разум едины, когда мальчики могут честно поделиться своими обидами, они учатся доверять другим. Принцип сострадания подразумевает: если мальчики лишены возможности выражать искренние чувства, они лишаются добродетели. Однако все можно изменить к лучшему. Другие советы эксперта направлены на разрушение мифов о мужественности. Например, она рекомендует подбирать примеры для подражания, позволяющие мальчику избавиться от влияния стереотипов о мужчинах. Еще один совет — учить мальчиков вести хозяйство самостоятельно, а не сваливать все домашние обязанности на девушек. Также она посоветовала родителям научить мальчика заботиться об окружающих, чтобы они росли такими же заботливыми, как девочки. В пример она привела исследование, проведенное в рамках канадской программы «Roots of Empathy», которая обрела

мировую известность благодаря эффективности в борьбе с травлей и агрессией[33].

Согласно Кейн Миллер, мальчики должны гордиться тем, что они мальчики; она советует родителям «практиковать озорство и шутки, смотреть спортивные передачи, взбираться на деревья, разводить костры». Но, чтобы окончательно избавиться от влияния стереотипов, родители также должны говорить мальчикам «нет»; мальчикам нужно научиться справляться со своими порывами, переживать разочарование и вступаться за тех, чьи права нарушают. Мальчикам полезно читать; их следует одергивать, если они использую слово «девчонка» в качестве обзывательства. Им следует рассказывать о жизни девочек и знакомить с девочками.

Другой писатель, Эндрю Рейнер, еще глубже изучил данную тему в статье «Talking to Boys the Way We Talk to Girls»[37]. Он привел в пример различные исследования, посвященные взаимодействию родителей и детей, которые демонстрируют, с каким упорством родители придерживаются традиционных представлений о мальчиках. В частности, наблюдения за языком и стилем общения показывают, что с дочерями родители чаще говорят певуче и эмоционально. Согласно Сьюзен Дэвид, психологу из Гарвардского университета, родители, желающие перевернуть положение дел, должны всего лишь «уделить внимание сыновьям. Послушать их. Показать, что вы желаете выслушать их»[34].

По мнению психолога Кристии Спирс Браун, есть два условия, при которых родители смогут вывести детей за рамки «розового и голубого». Во-первых, необходимо бросить вызов гендерным стереотипам: «Даже если с ними тяжело бороться, я призываю вас не сдаваться. Думаю, исход этой битвы стоит приложенных усилий. Личности, одновременно и мужественные, и женственные (то есть уверенные, независимые, но при этом заботливые и чуткие), живут намного счастливее»[35].

Прежде чем действовать, родители должны стать решительными противниками стереотипов. Браун перечисляет действия, которые предпринимает сама: она выбрасывает всю одежду и игрушки, нацеленные на определенный пол, отказывается от передач и фильмов, строящихся на том же принципе; она следит за своим языком, избегая гендерно окрашенных единиц (например, «красивая девушка» или «большой мальчик»); кроме того, она мягко, но в то же время уверенно прерывает детей, если они используют подобные обороты.

Однако, чтобы вырастить достойного мужчину, избавления от

гендерно окрашенных слов, игрушек, продуктов недостаточно. Сами по себе такие действия вряд ли наделят мальчика добродетелью и помогут ему сохранить человечность. Философ Имонн Каллан из Стэнфордского университета, изучавший явление подданства, заявил: «Быть справедливым… значит обязательно заботиться об окружающих»[36]. Способность заботиться о других, действовать из гуманных побуждений воспитывается в ребенке получаемой им заботой. Если мальчику не хватало сочувствия, он вырастет слепым, одержимым лишь своими желаниями и отчаянно жаждущим их исполнения. Опыт общения с родителями — основа мальчишеской доброты. По мнению другого философа, Джона Ролза, родители, учащие ребенка правильно обращаться с другими, в конце концов учат его «привязываться»[37]. Благодаря опыту близких отношений мальчик усваивает, что справедливость — это основополагающая ценность. Если о мальчике непрестанно заботиться и не ставить отношения с ним выше реакции на его поведение, он наверняка вырастет достойным мужчиной.

Читая одну за другой ужасающие истории о мужчинах, настолько поглощенных собой и настолько разочарованных своим детством, что срываются на романтическом партнере — и лишают себя последней возможности наладить теплые взаимоотношения, — я вспоминаю о зависимости уровня сексуальной агрессии со стороны мужчины и норм мужественности, принятых в его культуре. Исследование, результатом которого стало данное открытие, напоминает мне, что неправомерные поступки мужчин, описываемые участницами движения #МеТоо, не происходят на пустом месте и воспитание должно предотвращать такие случаи. Мальчики не виноваты в том, что вырастают склонными к насилию, с искаженным мышлением.

Чтобы начать активную борьбу за равенство полов и научить мальчиков воспринимать девушек и женщин как партнеров, относясь к ним с доверием и уважением, родители и другие взрослые должны сами относиться к мальчикам как к людям. Чтобы понять, как именно традиционное воспитание мальчиков лишает их человечности, мы должны как можно внимательнее изучить данный вопрос. Ведь на передовой мы уже видим мальчиков, готовых и желающих проверить «все свои умения» — включая умение любить, созидать и налаживать общение.

Кампания в поддержку мальчиков

Когда у меня появился внук, я изумился его собственническим замашкам относительно меня. Он смотрел на меня, порой подолгу, и изучал мое лицо, заглядывая прямо в глаза. Когда я говорил ему о том, как рад его рождению, он будто даже понимал, хотя сам еще не мог произнести ни слова. Так он общался со мной. Через несколько месяцев младенец начал улыбаться. Когда родители привезли его ко мне, он услышал мой голос, начал осматриваться, пока не отыскал меня взглядом, а когда наши глаза наконец встретились — его лицо озарила улыбка. Позднее, когда мы виделись, он буквально морщился от наслаждения и колотил ручками и ножками по отцовской груди. Мне было приятно видеть настоящего ребенка — вне зависимости от своего пола ищущего привязанности, глубокой и долговечной.

Став отцом двух сыновей, я узнал, что даже супергерой не смог бы защитить их от влияния культуры. Я принял предложение стать психологом в школе для мальчиков отчасти ради них. Я думал, по крайней мере, они увидят, как я борюсь за права мальчиков. Заняв новую должность, я обнаружил: мне нравится изучать жизнь мальчиков — как в школе, так и за ее пределами. Желая помочь им, я разработал программу, которая затем переросла в целый центр по изучению жизни мальчиков и девочек. С течением лет мы расширяли сферу деятельности, проводя исследования и борясь за права мальчиков вместе с такими глобальными организациями, как Международная коалиция школ для мальчиков, «Boy Scouts of America», «Boys & Girls Clubs of America» и «Promundo» (организация, занимающаяся вопросами гендерного правосудия).

Теперь, посещая школы и сообщества по всему миру, я слышу примерно одинаковые рассказы о мальчиках. Я понял: семьи, педагоги и лидеры молодежных движений нуждаются в здравых идеях, способных помочь их делу. Невзирая на культурные различия, повсюду звучат призывы быть сосредоточенными и уверенными в воспитании мальчиков — и в неправительственной организации в Найроби (Кения), и в школе для мальчиков в Питермарицбурге (ЮАР), и на семинарах для руководителей католических школ в Дублине (Ирландия), и во всех точках Канады и Соединенных Штатов, которые я посещаю.

В эпоху, когда расстояния сокращаются и весь мир опутывается сетью финансов и коммуникаций, парадигма мужественности становится все однороднее. Глобализация поспособствовала распространению традиционных западных представлений о мальчиках по всему миру. Но невзирая на то, что все более очевидной становится несостоятельность этих стереотипов, они упрямо проникают в жизнь семей и культуру

учреждений. Чтобы искоренить их, понадобятся усилия всего человечества — глобальная кампания. Во имя своего внука, во имя юношеских сердец я с надеждой обращаюсь к родителям и другим взрослым, призывая их объединиться в общем противостоянии.

Что должна представлять собой кампания по борьбе за жизни мальчиков? Во-первых, она должна признавать несомненную значимость и ценность мальчиков. Собрав вместе исследователей, мыслителей, политиков и активистов, мы нарисуем масштабную картину, отражающую жизнь современных парней — отличную от стереотипных и клишированных образов, — и рассмотрим ее сквозь призму нравственности. Кампания не только пресечет неоправданные жертвы, на которые вынуждают идти мальчиков, но и поспособствуют распространению верных, здравых и в общем и целом более эффективных методов воспитания мальчиков в школах, семьях и сообществах. Наша цель — счастье мальчиков, всех мальчиков. Справедливое общество не должно допускать чьих-то лишений в процессе взросления. Крайне важно, чтобы мальчики — и мужчины, которыми они станут, — могли найти искреннее понимание и с гордостью принять чужую заботу.

Уже сейчас существуют вдохновляющие примеры. Эксперимент британского центра «Healthy Minds» оказался настолько успешным, что в него начали вкладывать большие суммы денег. Почти миллион людей приняли предложение бесплатно пройти консультацию у психолога, и в итоге помощь получил сначала каждый четвертый, а затем и каждый третий англичанин. Пришлось приложить много усилий, чтобы нация, привыкшая не выражать эмоции, согласилась поделиться проблемами. Все началось с сотрудничества одного психолога и одного экономиста в 2008 году, когда они получили стартовый капитал и открыли тридцать пять клиник на территории страны. Финансирование программы росло, и нынешний ее бюджет составляет 500 миллионов долларов — сумма, которая через несколько лет должна удвоиться[38].

В Австралии, как и в других частях света, обеспокоенность самоубийствами мужчин переросла в сосредоточенность на том, как научить их просить помощи в минуту нужды. Три четверти суицидов в Австралии приходятся на мужчин, и показатели в очередной раз бьют рекорд. В связи с этим по всей стране даже было объявлено «чрезвычайное положение». В ответ организация по оказанию поддержки в кризисных ситуациях запустила новую кампанию, «Our Toughest Challenge Yet»[38]; продвигалась идея, что мужчина, обратившийся за помощью, поступает храбро. В рамках проекта «Headspace», запущенного Национальным фондом

охраны психического здоровья молодежи, для молодых людей была разработана программа «Father's Campaign», призывающая отцов не закрывать глаза на психические проблемы, о которых молчат сыновья, и вмешиваться в ситуацию, едва заметив, что ребенок запутался[39].

Всемирная организация здравоохранения резюмировала эффективные подходы к работе с мужчинами и мальчиками. Чтобы помочь мальчикам и мужчинам, программа должна «улучшить» их жизни. Основываясь на данном принципе и научных фактах, организация «Promundo» разрабатывает программы, в том числе и «Program H», для молодых людей от пятнадцати до двадцати четырех лет. Запущенная в 2002 году, впоследствии она распространилась в двадцати пяти странах; суть программы в том, что мужчины вспоминают, как именно на них отразились строгие общественные нормы. «Program H», называемая в США программой «Manhood 2.0», была признана лучшей программой по поддержке гендерного равенства и профилактике гендерного насилия по мнению Всемирного банка и Всемирной организации здравоохранения; ЮНИСЕФ и ООН ссылались на нее как на доказавшую свою эффективность[40].

В семьях, в классах, на спортивных площадках — везде, где возможно, взрослые должны положительно влиять на мальчиков. Мальчики яростно желают быть собой и пользуются любой возможностью поделиться своими чувствами. Проект по борьбе за человеческие свободы тормозят не недостатки мужской натуры и не жажда мальчиков нажиться на других. Чуткий по природе мальчик становится черствым, эмоционально отстраненным и эгоистичным потому, что ему не хватает отношений, позволяющих ощущать себя живым и нужным. Лучший способ вырастить достойного мужчину — наладить с ним отношения, основанные на понимании и любви.

Благодарности

Во время написания книги я пытался так или иначе ссылаться на всех мальчиков, мужчин и женщин, которые научили меня чему-либо. О многих я говорю напрямую в самой книге — об их мыслях и делах, мнениях и историях. Однако есть и те, кого не удалось упомянуть, хотя они вдохновляли и поддерживали меня в попытках сформировать свой собственный взгляд на воспитание мальчиков.

Например, специалисты в области гендерных, расовых проблем, человеческого развития и юношества, которые приняли меня в свое сообщество и уделили мне время, поддержали, проявили интерес к моей деятельности. Я познакомился с этими людьми благодаря Мишель Файн и неподражаемому Гарри Броду, чей авторитет лишь укрепился после смерти. Майкл Киммел, Ниобе Уэй, Педро Ногуэра, Гэри Бейкер, Майкл Кауфман и многие другие до сих пор тепло приветствуют меня в своих домах знаний.

Международная коалиция школ для мальчиков вдохновляла меня на дальнейшую деятельность своими грантами, чуткостью и гостеприимством. Естественно, мой друг и соавтор Ричард Хоули, а также Брэд Адамс, Джо Кокс, Дэвид Армстронг и многие другие внесли неоценимый вклад в мои размышления. Встречаясь с преподавателями школ — участниц программы по всему миру, я всегда встречал неподдельную заинтересованность, вдумчивую оценку и теплое отношение. Одновременно с этим представители администрации школы Хейверфорд, такие как Бо Диксон, Джо Хили, Джо Кокс, Джон Нагл, Мэтт Грин и Джанет Хид, поддерживали меня на каждом шагу, призывая «позаботиться о наших мальчиках». И в моем собственном центре, который появился благодаря работе в Хейверфорде, я нашел партнера, Питера Курилоффа, посвятившего львиную долю своей карьеры нашему проекту. Другие люди, такие как Шарон Равитч, Бретт Штаудт, Джозеф Нельсон, Шарлотта Джейкобс, и великолепные директора школ — участниц программы, помогали нам в создании центра, призванного позволить сотням мальчиков и девочек озвучить реалии гендерной социализации.

Но ничего этого не было бы, если бы мне не повезло оказаться в обществе обмена консультациями, которое помогло мне здраво и уверенно оценить самого себя. Основанная на неизменной вере в человеческую доброту работа дружного коллектива, представителями которого являются Тим Джекинс, Пэтти Уипфлер, Диана Балзер, Гвен Браун, Джоэл Ногик,

Джоанна Брэй и Лоренцо Гарсия, заставила меня признать, что жизнь мальчиков и мир вокруг них можно полностью изменить. Моя команда в «RCCR» поддерживала меня, даже когда я рвал и метал. Я также благодарен тысячам мальчиков, с которыми я беседовал и за которыми наблюдал; они способствовали моему исследованию своими наблюдениями. Я слышал истории об ужасном мужском поведении, продемонстрировавшие мне, насколько сильно может исказиться развитие человека, если не предоставлять ему необходимую заботу и обучать его бесчувственности. Однако я слышал и воодушевляющие истории о доброте, силе, любви и заботе, которые помогали избежать трагедии.

Чудесная команда редакторов (большинство из них сами воспитывают мальчиков) — в том числе Джон Пейн, направивший меня к Джоэлю Дэльбурго, мастеру своего дела, который, в свою очередь, привел меня в издательство «TarcherPerigee», к Саре Кардер и ее бравой команде, — помогла мне справиться с пугающим процессом публикации.

Примечания

Глава 1 ВРЕДНЫЙ МИФ О НАСТОЯЩЕМ МУЖЧИНЕ

1. Michael Kaufman, “Men, Feminism, and Men’s Contradictory Experiences of Power,” in Theorizing Masculinities, ed. H. Brod and M. Kaufman (Thousand Oaks, CA: Sage, 1994), 142–64.

2. William Pollack, “No Man Is an Island: Toward a New Psychoanalytic Psychology of Men,” in A New Psychology of Men, ed. R. F. Levant and W. S. Pollack (New York: Basic Books, 1995), 33–67.

3. Christina Hoff Somers, The War Against Boys: How Misguided Policies Are Harming Our Young Men (New York, Simon & Schuster, 2015); Peg Tyre, The Trouble with Boys: A Surprising Report Card on Our Sons, Their Problems at School, and What Parents and Educators Must Do (New York: Harmony, 2009).

4. Judith Kleinfeld, “Student Performance: Males Versus Females,” Public Interest 134 (1999): 3–20; Tom Mortenson, “Economic Change Effects on Men and Implications for the Education of Boys,” Education Week, May 14, 2011, www.edweek.org/media/economicchange-32boys.pdf.

5. Caroline New, “Oppressed and Oppressors? The Systematic Mistreatment of Men,” Sociology 35, no. 3 (2001): 729–48.

6. Judy Y. Chu, When Boys Become “Boys”: Development, Relationships, and Masculinity (New York: New York University Press), 202.

7. Niobe Way, Deep Secrets: Boys’ Friendships and the Crisis of Connection (Boston, MA: Harvard University Press, 2011).

8. David B. Stein, Unraveling the ADD/ADHD Fiasco: Successful Parenting Without Drugs (Kansas City, MO: Andrews McMeel, 2003).

9. Mariagiovanna Baccara et al., “Child-Adoption Matching: Preferences for Gender and Race” (working paper 16444, National Bureau of Economic Research, Cambridge, MA, 2010), www.nber.org/people/mariagiovanna_baccara.

10. Justin Baldoni, “What My Newborn Son Taught Me About Masculinity,” Huffington Post, March 1, 2018, www.huffingtonpost.com/entry/opinion-baldoni-masculinity-fatherhood_us_5a944e25e4b02cb368c46d6d.

11. George Orwell, Shooting an Elephant and Other Essays (New York: Harcourt, 1984).

12. Brian Heilman, Gary Barker, and Alexander Harrison, The Man Box: A Study on Being a Young Man in the US, UK, and Mexico (Washington, DC: Promundo-US, 2017), 60, https://

promundoglobal.org/resources/man-box-study-young-man-us-uk-mexico/?lang=english.

13. Sandra L. Bem, “Gender Schema Theory: A Cognitive Account of Sex Typing Source,” Psychological Review 88, no. 4 (1981): 354; Olga Silverstein and Beth Rashbaum, The Courage to Raise Good Men: You Don’t Have to Sever the Bond with Your Son to Help Him Become a Man (New York: Penguin, 1995).

14. Kate Stone Lombardi, The Mama’s Boy Myth (New York: Penguin, 2012).

15. Heilman, Barker, and Harrison, The Man Box.

16. Chu, When Boys Become “Boys,” 206–7.

17. Ruth Perou et al., “Mental Health Surveillance Among Children — United States 2005–2011,” Morbidity and Mortality Weekly Report (MMWR) 62, no. 2 (May 17, 2013): 1–35, www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/su6202a1.htm; L. Alan Sroufe, “Ritalin Gone Wrong,” Opinion, New York Times online, January 28, 2012, www.nytimes.com/2012/01/29/opinion/sunday/childrens-add-drugs-dont-work-long-term.html.

18. David D. Gilmore, Misogyny, the Male Malady (Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 2001), 203.

19. Martha Nussbaum, Creating Capabilities: The Human Development Approach (Cambridge, MA: Belknap Press, 2013).

20. Way, Deep Secrets, 77.

21. Amy Banks, Wired to Connect: The Surprising Link Between Brain Science and Strong, Healthy Relationships (New York: Tarcher/Penguin, 2015).

22. Donald O. Hebb, The Organization of Behavior (New York: Wiley & Sons, 1949); Daniel J. Siegel and Mary Hartzell, Parenting from the Inside Out: How a Deeper Self-Understanding Can Help You Raise Children Who Thrive (New York: Tarcher/Penguin, 2003), 34.

23. Daniel J. Siegel. The Developing Mind: How Relationships and the Brain Interact to Shape Who We Are (New York: Guilford Press, 1999), xii.

24. Alison Gopnik, The Gardener and the Carpenter: What the New Science of Child Development Tells Us About the Relationship Between Parents and Children (New York: Farrar, Straus and Giroux, 2016), 18.

25. Там же, 9.

26. Там же, 10.

27. Там же, 56.

28. William J. Bennett, The Book of Virtues: A Treasury of Great Moral Stories (New York: Simon & Schuster, 1993); Josephson Institute, accessed August 25, 2017 at https://charactercounts.org/program-overview/six-pillars.

29. Там же, 59.

30. Nel Noddings, Educating Moral People: A Caring Alternative to Character Education (New York: Teachers College Press, 2002), xiii.

31. Там же, 15.

32. Там же, 32.

Глава 2 ОСВОБОДИТЕ МАЛЬЧИКОВ

1. Chu, When Boys Become “Boys,” 21.

2. Там же, 24.

3. Там же, 33.

4. Там же, 205.

5. Miriam Raider-Roth et al., “Resisting Boys, Resisting Teachers,” in special double issue, Reproduction, Resistance and Hope: The Promise of Schooling for Boys, ed. Michael C. Reichert and Joseph D. Nelson of THYMOS: Journal of Boyhood Studies 6, no. 1 (Spring 2012): 34–54.

6. Там же.

7. Там же.

8. Diana Divecha, “What Is Secure Attachment? And Why Doesn’t ‘Attachment Parenting’ Get You There?” Developmental Science (blog), April 3, 2017, www.developmentalscience.com.

9. Allan Schore, “Modern Attachment Theory,” in Handbook of Trauma Psychology, ed. Steven N. Gold (Washington, DC: American Psychological Association, 2017), 6.

10. Michael P. Nichols, The Lost Art of Listening: How Learning to Listen Can Improve Relationships (New York: Guilford Press, 2009), 15.

11. Там же, 26.

12. Siegel and Hartzell, Parenting from the Inside Out, 34.

13. Nichols, Lost Art of Listening, 139.

14. Siegel and Hartzell, Parenting from the Inside Out, 154–83.

15. Там же, 23.

16. Там же, 193.

17. Patty Wipfler and Tosha Schore, Listen: Five Simple Tools to Meet Your Everyday Parenting Challenges (Palo Alto, CA: Hand in Hand Parenting, 2016), 326.

18. Там же, 50.

ГЛАВА 3 Нежное сердце сорванца

1. Heilman, Barker, and Harrison, The Man Box, 36.

2. Kevin Love, “Everyone Is Going Through Something,” Players’ Tribune, last modified March 6, 2018, www.theplayerstribune.com/en-us/articles/kevin-love-everyone-is-going-through-something.

3. Jean M. Twenge, iGen: Why Today’s Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy — and Completely Unprepared for Adulthood (New York: Atria Books, 2017), 93.

4. Там же, 103–4.

5. “5 Minute Guide to Men’s Mental Health,” Mental Health America online, accessed April 10, 2018, www.mentalhealthamerica.net/issues/infographic-mens-mental-health-5-minute-guide.

6. Ronald F. Levant and Wizdom A. Powell, “The Gender Role Strain Paradigm,” in The Psychology of Men and Masculinities, ed. Ronald F. Levant and Y. Joel Wong (Washington, DC: American Psychological Association, 2017), 15–44.

7. James M. O’Neil, Men’s Gender Role Conflict: Psychological Costs, Consequences, and an Agenda for Change (Washington, DC: American Psychological Association, 2015), 24.

8. Stephanie A. Shields, Speaking from the Heart: Gender and the Social Meaning of Emotion (Cambridge: Cambridge University Press, 2002), 93.

9. Arlie R. Hochschild, The Managed Heart (Berkeley: University of California Press, 1983).

10. Thomas Newkirk, “Misreading Masculinity: Speculations on the Great Gender Gap in Writing,” Language Arts 77, no. 4 (March 2000): 294–300, www.csun.edu/~bashforth/305_PDF/305_ME2/305_Language&Gender/MisredaingMasculinity_GenderGapInWriting_LA2000.pdf.

11. Pollack, “No Man Is an Island,” 195.

12. O’Neil, Men’s Gender Role Conflict, 10.

13. Maurice J. Elias et al., Promoting Social and Emotional Learning: Guidelines for Educators (Alexandria, VA: Association for Supervision and Curriculum Development, 1997), 2.

14. Joseph A. Durlak et al., “The Impact of Enhancing Students’ Social and Emotional Learning: A Meta-analysis of School-based Universal Interventions, Child Development 82, no. 1 (January/February 2011): 405–32, https://doi: 10.1111/j.1467–8624.2010.01564.x.

15. 2015 CASEL Guide: Effective Social and Emotional Learning Programs (Chicago: Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning [CASEL], June 2015), https://secondaryguide.casel.org/casel-secondary-guide.pdf.

16. Marc A. Brackett and Susan E. Rivers, “Transforming

Students' Lives with Social and Emotional Learning," in International Handbook of Emotions in Education, ed. Reinhard Pekrun and Lisa Linnenbrink-Garcia (New York: Routledge, 2014); Rafael Heller, "On the Science and Teaching of Emotional Intelligence: An Interview with Marc Brackett," Phi De Ha Kappan 98, no. 6 (March 2017): 22.

17. Richard D. Lane and Branka Zei Pollermann, "Complexity of Emotional Representations," in The Wisdom of Feelings, ed. Lisa Feldman Barrett and Peter Salovey (New York: Guilford Press, 2002), 271–293.

18. Steven Krugman, "Male Development and the Transformation of Shame," in A New Psychology of Men, Ronald F. Levant and William S. Pollack (New York: Basic Books, 1995), 93.

19. Там же, 93.

20. Там же, 103.

21. William Pollack, Real Boys: Rescuing Our Sons from the Myths of Boyhood (New York: Random House, 1998), 27.

22. Shields, Speaking from the Heart, 140.

23. Там же, 141.

24. Megan Boler, Feeling Power: Emotions and Education (New York: Routledge, 1999), 192.

25. Michael Kimmel, Angry White Men: American Masculinity at the End of an Era (New York: Nation Books, 2017).

26. Dan Kindlon and Michael Thompson, Raising Cain: Protecting the Emotional Life of Boys (New York: Ballantine Books, 2000).

Глава 4 ОБУЧЕНИЕ И ВОСПИТАНИЕ МАЛЬЧИКОВ

1. Michele Cohen, "'A Habit of Healthy Idleness': Boys' Underachievement in Historical Perspective," in Failing Boys? Issues in Gender and Achievement, ed. D. Epstein et al. (Philadelphia: Open University Press, 1998), 20.

2. "The Weaker Sex: Boys Are Being Outclassed by Girls at Both School and University," Economist online, March 7, 2015, www.economist.com/news/international/21645759-boys-are-being-outclassed-girls-both-school-and-university-and-gap.

3. The ABC of Gender Equality in Education: Aptitude, Behaviour, Confidence (Paris: Organization for Economic Cooperation and Development [OECD], 2015, https://docs.google.com/viewer?url=http%3A%2F%2Fwww.oecd.org%2Fpisa%2Fkeyfindings%2Fpisa-2012-results-gender-eng.pdf.

4. Thomas A. DiPrete and Claudia Buchmann, The Rise of Women: The Growing Gender Gap in Education and What It Means for American Schools (New York: Russell Sage Foundation, 2013).

5. David Autor et al., “Family Disadvantage and the Gender Gap in Behavioral and Educational Outcomes” (working paper 22267, National Bureau of Economic Research, Cambridge, MA, last modified 2017), http://www.nber.org/papers/w22267.

6. Hua-Yu Sebastian Cherng, “The Ties That Bind: Teacher Relationships, Academic Expectations, and Racial/Ethnic and Generational Inequality,” American Journal of Education 124, no. 1 (2017): 67–100.

7. ABC of Gender Equality in Education, 53.

8. Там же.

9. Thomas Mortenson, “Economic Change Effects on Men and Implications for the Education of Boys,” p. 1, https://www.edweek.org/media/economicchange-32boys.pdf.

10. Debbie Epstein et al., eds., Failing Boys? Issues in Gender and Achievement (Philadelphia: Open University Press, 1998).

11. Newkirk, “Misreading Masculinity,” 294–300.

12. Becky Francis and Christine Skelton, Reassessing Gender and Achievement: Questioning Contemporary Key Debates (Abington, UK: Routledge, 2005), 9.

13. Charles Bingham and Alexander M. Sidorkin, No Education Without Relation (New York: Peter Lang, 2004), 4.

14. PISA 2009 Results: What Makes a School Successful? Resources, Policies and Practices, vol. 4 (Paris: OECD, 2010), https://dx.doi.org/10.1787/9789264091559-en; Debora L. Roorda et al., “The Influence of Affective Teacher-Student Relationships on Students’ School Engagement and Achievement,” Review of Educational Research 81, no. 4 (2011): 493–529.

15. Sara Rimm-Kaufman and Lia Sandilos, “Improving Students’ Relationships with Teachers to Provide Essential Supports for Learning,” American Psychological Association online, accessed January 15, 2018, www.apa.org/education/k12/relationships.aspx.

16. Sally Weale, “Teachers Must Ditch ‘Neuromyth’ of Learning Styles, Say Scientists,” Guardian (US edition) online, last modified March 12, 2017, www.theguardian.com/education/2017/mar/13/teachers-neuromyth-learning-styles-scientists-neuroscience-education.

17. Michael C. Reichert and Richard Hawley, Reaching Boys, Teaching Boys (San Francisco: Jossey-Bass/Wiley, 2010); Reichert and Hawley, I Can Learn From You: Boys as Relational Learners (Cambridge, MA: Harvard Educational Press, 2014).

18. Там же, 191.

19. David Hawkins, “I, Thou, and It,” in The Informed Vision: Essays on Learning and Human Nature (New York, NY: Agathon Press, 1974), 56.

20. Daniel Rogers, “The Working Alliance in Teaching and

Learning: Theoretical Clarity and Research Implications," International Journal for the Scholarship of Teaching and Learning 3, no. 2 (2009), https://doi.org/10.20429/ijsotl.2009.030228.

21. Tamara Bibby, Education: An "Impossible" Profession? Psychoanalytic Explorations of Learning and Classrooms (London: Routledge, 2011), 37.

22. Andy Hargreaves, "The Emotional Practice of Teaching,"Teaching and Teacher Education 14, no. 8, (1998): 835–54.

23. Miriam Raider-Roth, Trusting What You Know: The High Stakes of Classroom Relationships (San Francisco: Jossey-Bass, 2005), 157.

Глава 5 КОМПАНИИ И КЛУБЫ

1. Lisa Selin Davis, "My Daughter Is Not Transgender. She's a Tomboy," New York Times online, April 18, 2017, www.nytimes.com/2017/04/18/opinion/my-daughter-is-not-transgender-shes-a-tomboy.html?_r=0.

2. Harry Stack Sullivan, The Interpersonal Theory of Psychiatry (New York: Norton, 1953).

3. Jane E. Brody, "The Surprising Effects of Loneliness on Health," New York Times online, December 11, 2017, www.nytimes.com/2017/12/11/well/mind/how-loneliness-affects-our-health.html.

4. Hara Estroff Marano, "The Dangers of Loneliness," Psychology Today online, last modified June 9, 2016, www.psychologytoday.com/us/articles/200307/the-dangers-loneliness.

5. Way, Deep Secrets, 2.

6. Brett McKay and Kate McKay, "The History and Nature of Male Friendships," The Art of Manliness (blog), August 24, 2008, www.artofmanliness.com/2008/08/24/the-history-and-nature-of-man-friendships.

7. Judy Y. Chu, "A Relational Perspective on Adolescent Boys' Identity Development," in Adolescent Boys: Exploring Diverse Cultures of Boyhood, ed. Niobe Way and Judy Y. Chu (New York: New York University Press, 2004), 85.

8. Там же, 95.

9. Way, Deep Secrets, 171.

10. Там же, 1.

11. Gregory Lehne, "Homophobia Among Men: Supporting and Defining the Male Role," in Men's Lives, eds. Michael Kimmel and Michael Messner (New York: Macmillan, 1989), 422.

12. Eric Anderson, Inclusive Masculinity: The Changing Nature of Masculinities (New York: Routledge, 2009), 7.

13. Там же, 7.

14. Way, Deep Secrets, 222.

15. Там же, 20.

16. Там же, 263.

17. Barrie Thorne, Gender Play: Girls and Boys in School (New Brunswick, NJ: Rutgers University Press, 1994), 47.

18. Ehrmann, InSideOut Coaching, 141.

19. Там же, 246.

20. Lionel Howard, "Performing Masculinity: Adolescent African American Boys' Response to Gender Scripting," THYMOS: Journal of Boyhood Studies 6, no. 1 (Spring 2012) (eds. Reichert and Nelson): 97–115.

21. Joseph Derrick Nelson, "Transformative Brotherhood: Black Boys' Identity in a Single-Sex School for Boys of Color" (unpublished dissertation, City University of New York, 2013).

22. Peggy Reeves Sanday, "Rape-Prone versus Rape-Free Campus Cultures," Violence Against Women 2, no. 2 (June 1996): 191–208.

23. Neil M. Malamuth, "Rape Proclivity Among Males," Journal of Social Issues 37, no. 4 (1981): 139–57.

24. John Hechinger, "Get the Keg out of the Frat House," New York Times online, September 26, 2017, www.nytimes.com/2017/09/26/opinion/frats-college-partying-pledging.html.

25. Jessica Bennett, "The Problem with Fraternities Isn't Just Rape: It's Power," Time online, last modified December 3, 2014, http:// time.com/3616158/fraternity-rape-uva-rolling-stone-sexual-assault.

26. Way, Deep Secrets, 122.

27. Siegel, Developing Mind, 77–83.

28. William Bukowski, Andrew F. Newcomb, and Willard W. Hartrup, "Friendship and Its Significance in Childhood and Adolescence: Introduction and Comment" in The Company They Keep: Friendships in Childhood and Adolescence (Cambridge, UK: Cambridge University Press, 1998), 1–18.

Глава 6 ЛЮБОВЬ, СЕКС И ПРИВЯЗАННОСТЬ

1. Levant and Powell, "Gender Role Strain Paradigm," 15–44.

2. Amy Schalet, "Why Boys Need to Have Conversations About Emotional Intimacy in Classrooms," The Conversation, last modified June 12, 2017, http://theconversation.com/why-boys-need-to-have-

conversations-about-emotional-intimacy-in-classrooms-54693.

3. Там же, 1.

4. “A Young Man’s Guide to Masturbation: Questions and Answers About the Most Common and Least Talked-about Sexual Practices,” HealthyStrokes.com, accessed September 1, 2017, www.healthystrokes.com/YMG.pdf.

5. Philip Zimbardo and Nikita Coulombe, Man Interrupted: Why Young Men Are Struggling and What We Can Do About It (Newburyport, MA: Conari Press, 2016), xviii.

6. Michael Sadowski, “From Adolescent Boys to Queer Young Men: Support for and Silencing of Queer Voice in Schools, Families, and Communities,” THYMOS: Journal of Boyhood Studies 6, no. 1 (Spring 2012) (eds. Reichert and Nelson): 76–96.

7. 9. Ritch C. Savin-Williams, “Why ‘Mostly Straight’ Men Are a Distinct Sexual Identity,” Time online, last modified November 20, 2017, http://time.com/5026092/mostly-straight-sexual-identity-bisexual-gay.

8. Ross Douthat, “Let’s Ban Porn,” New York Times online, February 10, 2018, www.nytimes.com/2018/02/10/opinion/Sunday/lets-ban-porn.html.

9. Sam Louie, “Involuntary Celibacy: The Sexual Frustrations of ‘Incels,’” Minority Report (blog), Psychology Today online, last modified June 21, 2017, www.psychologytoday.com/us/blog/minority-report/201706/involuntary-celibacy accessed on April 26, 2018 at http://www.samlouiemft.com/2017/06/4225/.

10. Leanna Allen Boufford, “Exploring the Utility of Entitlement in Understanding Sexual Aggression,” Journal of Criminal Justice 38, no. 5 (September/October 2010): 870–79, https://doi.org/10.1016/j.jcrimjus.2010.06.002.

11. Brian Heilman, Gary Barker, and Alexander Harrison, The Man Box: A Study on Being a Young Man in the US, UK, and Mexico (2017).

12. Kathleen A. Bogle, Hooking Up: Sex, Dating and Relationships on Campus (New York: New York University Press, 2008).

13. Justin R. Garcia et al., “Sexual Hookup Culture: A Review,” Review of General Psychology 16, no. 2 (2012): 161.

14. Там же, 163–64.

15. Там же, 167.

16. Там же, 168.

17. Там же, 170.

18. Jennifer Shukusky and T. Joel Wade, “Sex Differences in Hookup Behavior: A Replication and Examination of Parent-Child Relationship Quality,” Journal of Social, Evolutionary and Cultural Psychology 6, no. 4 (2012): 502.

19. Garcia et al., “Sexual Hookup Culture,” 167.

20. Jean M. Twenge, Ryne A. Sherman, and Brooke E. Wells, “Declines in Sexual Frequency Among American Adults, 1989–2014,” Archives of Sexual Behavior 46, no. 8 (November 2017): 2389–2401.

21. Kaitlin Lounsbury, Kimberly J. Mitchell, and David Finkelhor, The True Prevalence of Sexting (Durham, NH: Crimes Against Children Research Center, 2011), 1.

22. Sex and Tech: Results From a Survey of Teens and Young Adults (Washington, DC: National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy and CosmoGirl.com, 2008), www.drvc.org/pdf/protecting_children/sextech_summary.pdf.

23. Amanda Lenhart, “Teens and Sexting”, Pew Research Center online (December 15, 2009), www.pewinternet.org/files/old-media/Files/Reports/2009/PIP_Teens_and_Sexting.pdf.

24. Sheri Madigan and Jeff Temple, “1 in 7 Teens Are Sexting, New Research Finds,” CBS News online, last modified February 26, 2018, www.cbsnews.com/news/one-in-seven-teens-are-sexting-new-research-finds.

25. Lounsbury, Mitchell, and Finkelhor, True Prevalence of Sexting, 4.

26. David Cantor et al., Report on the AAU Campus Climate Survey on Sexual Assault and Sexual Misconduct (Rockville, MD: Westat and the University of Pennsylvania, September 21, 2015), www.upenn.edu/ir/surveys/AAU/Report%20and%20Tables%20 on %20AAU%2 ˚Campus%2 ˚Climate%20Survey.pdf.

27. Peggy Orenstein, “How to be a Man in the Age of Trump,” New York Times online, October 15, 2016, www.nytimes.com/2016/10/16/opinion/sunday/how-to-be-a-man-in-the-age-of-trump.html?_r = 0.

28. Sarah K. Murnen, Carrie Wright, and Gretchen Kaluzny, “If ‘Boys Will Be Boys,’ Then Girls Will Be Victims? A Metaanalytic Review of the Research That Relates Masculine Ideology to Sexual Aggression,” Sex Roles: A Journal of Research 46, nos. 11/12 (June 2002): 359–72.

29. Michael Kimmel, “A Recipe for Sexual Assault,” Atlantic online, August 24, 2015, www.theatlantic.com/education/archive/2015/08/what-makes-a-campus-rape-prone/402065.

30. Peggy C. Giordano, Wendy D. Manning, and Monica A. Longmore, “Affairs of the Heart: Qualities of Adolescent Romantic Relationships and Sexual Behavior,” Journal of Research on Adolescence 20, no. 4 (December 2010): 983–1013.

31. Peter Glick and Susan T. Fiske, “Hostile and Benevolent Sexism: Measuring Ambivalent Sexist Attitudes Towards Women,” Psychology of Women Quarterly 21, no. 1 (March 1, 1997): 119–35.

1. Raewyn Connell, Gender in World Perspective (Cambridge, UK: Polity, 2009), 60.

2. Janet S. Hyde, "The Gender Similarities Hypothesis," American Psychologist 60, no. 6 (September 2005): 581–92.

3. Raewyn Connell, Gender and Power: Society, the Person and Sexual Politics (Cambridge, UK: Polity, 1987), 170.

4. Connell, Gender in World Perspective, 56–57.

5. Will Courtenay, "Theorizing Masculinity and Men's Health," in Men's Health: Body, Identity, and Social Context, ed. Alex Broom and Philip Tovey (Chichester, UK: Wiley-Blackwell, 2009), 15.

6. EHS Today staff, "NHTSA Targets Young Males in Seat Belt Safety Campaign," EHS Today, May 21, 2018, www.ehstoday.com/safety/nhtsa-targets-young-males-seat-belt-safety-campaign.

7. Laura J. Viens et al., "Human Papillomavirus-Associated Cancers — United States, 2008–2012," Morbidity and Mortality Weekly Report (MMWR) 65, no. 26 (July 8, 2016): 661–66.

8. Jacinta Bowler, "The HPV Vaccine Has Cut Infections By up to 90 % in the Past 10 Years," Science Alert, last modified August 29, 2016, www.sciencealert.com/the-hpv-vaccine-has-halved-cervical-cancer-rates-in-the-past-10-years.

9. Lilly Berkley, "Young Guys May Think Preventing HPV Is 'Women's Work,'" Futurity, last modified December 2, 2016, www.futurity.org/hpv-vaccine-men-1308052-2.

10. E. U. Patel et al., "Increases in Human Papillomavirus Vaccination Among Adolescent and Young Adult Males in the United States, 2011–2016," Journal of Infectious Diseases 218, no. 1 (June 5, 2018): 109–13.

11. David L. Bell, David J. Breeland, and Mary A. Ott, "Adolescent and Young Male Health: A Review," Pediatrics 132, no. 3 (September 2013): 537.

12. Sabrina Tavernise, "Young Adolescents as Likely to Die from Suicide as from Traffic Accidents," New York Times online, November 3, 2016, www.nytimes.com/2016/11/04/health/suicide-adolescents-traffic-deaths.html?_r=0.

13. Pam Harrison, "Pediatric ADHD Accounts for 6 Million Physician Visits Annually," Medscape, last modified March 28, 2017. www.medscape.com/viewarticle/877849; Sroufe, "Ritalin Gone Wrong."

14. Gary Barker, What About Boys? A Literature Review on the Health and Development of Adolescent Boys (Geneva, Switzerland: World Health Organization, 2000).

15. Michael Kimmel, Manhood in America (New York: Free Press,

1996), 120.

16. David Whitson, “Sport in the Social Construction of Masculinity,” in Sport, Men and the Gender Order, eds. Michael A. Messner and Donald F. Sabo (Champaign, IL: Humans Kinetics Books, 1990), 23.

17. Don Sabo, “Sports Injury, the Pain Principle, and the Promise of Reform,” Journal of Intercollegiate Sport 2, no. 1 (June 2009): 145–52.

18. Maya Dusenbery and Jaeah Lee, “Charts: The State of Women’s Athletics, 40 Years After Title IX,” Mother Jones online, last modified June 22, 2012, www.motherjones.com/politics/2012/06/charts-womens-athletics-title-nine-ncaa.

19. Joanna L. Grossman and Deborah L. Brake, “The Big 4–0: Title IX Puts a Fourth Decade Under Its Belt,” Verdict (blog), Justia, June 26, 2012, https://verdict.justia.com/2012/06/26/the-big-4–0.

20. Whitson, “Sport in the Social Construction,” 26.

21. Eric Anderson, “Orthodox and Inclusive Masculinity: Competing Masculinities Among Heterosexual Men in a Feminized Terrain,” Sociological Perspectives 48, no. 3 (2005): 337–55.

22. Paul Langhorst, “Youth Sports Participation Statistics and Trends,” Engage Sports Blog, March 8, 2016, www.engagesports.com/blog/post/1488/youth-sports-participation-statistics-and-trends.

23. Jonathan Drennan, “Rugby’s Decline Continuing Apace in an Apathetic Australia,” Irish Times online, last modified December 8, 2016, www.irishtimes.com/sport/rugby/international/rugby-s-decline-continuing-apace-in-an-apathetic-australia-1.2898261.

24. Michael Atkinson and Michael Kehler, “Boys, Bullying, and Biopedagogies in Physical Education,” in THYMOS: Journal of Boyhood Studies 6, no. 1 (Spring 2012) (ed. Reichert and Nelson): 181.

25. US Centers for Disease Control and Prevention online, “A Fact Sheet for Youth Sports Parents: Heads Up Concussion,” last modified December 2015, https://docs.google.com/viewer?url=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fheadsup%2Fpdfs%2Fyouthsports%2Fparents_eng.pdf.

26. Alan L. Zhang et al., “The Rise of Concussions in the Adolescent Population,” Orthopaedic Journal of Sports Medicine 4, no. 8 (August 1, 2016): http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/2325967116662458.

27. Ben Rains, “Study Shows Concussions up 500 % in Youth Sports,” Sports Illustrated online, last modified July 13, 2016, www.si.com/tech-media/2016/07/13/concussions-youth-sports-rising-nfl.

28. Ray W. Daniel, Steven Rowson, and Stefan M. Duma, “Head

Impact Exposure in Youth Football," Annals of Biomedical Engineering 40, no. 4 (April 2012): 976–81.

29. Linda Flanagan, "How Students' Brains Are in Danger on the Field," Atlantic online, last modified August 14, 2017, www.theatlantic.com/education/archive2017/08/how-students-brains-are-in-danger-on-the-field/536604.

30. Tim Froh, "'It's Un-American': Will the Government and CTE Fears Kill US Youth Football?" Guardian (US edition) online, last modified March 6, 2018, www.theguardian.com/sport/2018/mar/06/tackle-football-children-health-concerns.

31. David Xavier Chu, "Repetitive Head Injury Syndrome," Medscape, last modified February 8, 2017, http://emedicine.medscape.cm/article/92189-overview.

32. Rebecca Adams, "It's Not Just Girls: Boys Struggle with Body Image, Too," Huffington Post, December 29, 2014, www.huffingtonpost.com/2014/09/17/body-image-boys_n_5637975.html.

33. Jamie Santa Cruz, "Body-Image Pressure Increasingly Affects Boys," Atlantic online, last modified March 10, 2014, www.theatlantic.com/health/archive/2014/03/body-image-pressure-increasingly-affects-boys/283897.

34. Jesse A. Steinfelt et al., "Drive for Muscularity and Conformity to Masculine Norms Among College Football Players," Psychology of Men and Masculinity 12, no. 4 (2011): 324–38.

35. Harrison G. Pope, Katherine A. Phillips, and Roberto Olivardia, The Adonis Complex: How to Identify, Treat and Prevent Body Obsession in Men and Boys (New York: Free Press, 2002).

36. Stephanie Pappas, "Size Doesn't Matter: 'Penis Shame' Is All in Guys' Heads," Live Science, last modified October 4, 2013, www.livescience.com/40192-penis-shame-guys-heads.html.

37. Health Provider Toolkit for Adolescent and Young Adult Males (Washington, DC: Partnership for Male Youth, 2014), www.ayamalehealth.org/#sthash.o8CsgfcT.dpbs.

38. Jerry L. Grenard, Clyde W. Dent, and Alan W. Stacy, "Exposure to Alcohol Advertisements and Teenage Alcohol-Related Problems," Pediatrics 131, no. 2 (February 2013): 369–79.

39. Lesley A. Smith and David R. Foxcroft, "The Effect of Alcohol Advertising, Marketing, and Portrayal on Drinking Behaviour in Young People: Systematic Review of Prospective Cohort Studies," BMC Public Health 9, no. 1 (February 2009): https://doi.org/10.1186/1471–2458–9-51; David Jernigan et al., "Alcohol Marketing and Youth Alcohol Consumption: A Systematic Review of Longitudinal Studies Published Since 2008," Addiction 112 (January 2017): 18.

40. Richard J. Bonnie and Mary Ellen O'Connell, eds., Committee on Developing a Strategy to Reduce and Prevent Underage Drinking, Board on Children, Youth and Families, National Research Council, Reducing Underage Drinking: A Collective Responsibility (Washington, DC: National Academies Press, 2004), 2.

41. Magdalena Cerda, Melanie Wall, and Tianshu Feng, "Association of State Recreational Marijuana Laws with Adolescent Marijuana Use," JAMA Pediatrics 171, no. 2 (2017): 142–49; Steve Gorman and Diane Craft, eds., "Colorado's Teen Marijuana Usage Dips After Legalization," Scientific American online. accessed September 2, 2017, www.scientificamerican.com/article/colorado-s-teen-marijuana-usage-dips-after-legalization.

42. Patricia A. Adler and Peter Adler, The Tender Cut: Inside the Hidden World of Self-Injury (New York: New York University Press, 2012).

43. Theo Merz, "Why Are More Boys Than Ever Self-Harming?" Telegraph (UK) online, last modified August 21, 2014, www.telegraph.co.uk/men/thinking-man/11046798/Why-are-more-boys-than-ever-self-harming.html.

44. Там же, 2.

45. "Teen Suicide Statistics," Statistic Brain Research Institute, accessed September 2, 2017, www.statisticbrain.com/teen-suicide-statistics; Tara Haelle, "Fewer Teens Die by Suicide When Same-Sex Marriage Is Legal," Forbes online, last modified February 20, 2017, www.forbes.com/sites/tarahaelle/2017/02/20/fewer-teens-die-by-suicide-when-same-sex-marriage-is-legal/#1ef1f6783b75.

46. Michael A. Messner and Donald F. Sabo, Sex, Violence and Power in Sports (Freedom, CA: Crossing Press, 1994), 214.

Глава 8 НАСИЛИЕ, ТРАВЛЯ И УЯЗВИМОСТЬ

1. David Finkelhor et al., "Violence, Crime and Abuse Exposure in a National Sample of Children and Youth: An Update," JAMA Pediatrics 167, no. 7 (July 2013): 614–21.

2. "Physical Fighting by Youth: Indicators of Child and Youth Well-being" (Bethesda, MD: ChildTrends Databank online, April 2017), www.childtrends.org/indicators/physical-fighting-by-youth.

3. Gary Barker, "Violence Does Not Come Naturally to Men and Boys," Telegraph (UK) online, last modified June 5, 2005, www.telegraph.co.uk/men/thinking-man/11652352/Violence-does-not-come-naturally-to-men-and-boys.html.

4. Michael Kaufman, "The Construction of Masculinity and the Triad of Men's Violence," in Beyond Patriarchy: Essays by Men on

Pleasure, Power and Change, ed. Michael Kaufman (Toronto: Oxford University Press, 1987).

5. Brian Heilman with Gary Barker, Masculine Norms and Violence: Making the Connections (Washington, DC: Promundo-US, 2018), 6, https://promundoglobal.org/2018/05/04/report-links-harmful-masculine-norms-violence.

6. Myriam Miedzian, Boys Will Be Boys: Breaking the Link Between Masculinity and Violence (New York: Anchor Books, 1991), xxiii.

7. Leonard D. Eron, Jacquelyn H. Gentry, and Peggy Schlegel, eds., Reason to Hope: A Psychosocial Perspective on Violence and Youth (Washington, DC: American Psychological Association, 1994), 9.

8. Wynne Perry, "Battling the Boys: Educators Grapple with Violent Play," Live Science, last modified August 29, 2010, www.livescience.com/8514-battling-boys-educators-grapple-violent-play.html.

9. Eron, Gentry, and Schlegel, Reason to Hope, 30.

10. Там же, 35–36.

11. "Children's Exposure to Violence: Indicators of Child and Youth Well-being" (Bethesda, MD: ChildTrends Databank online, May 2016), www.childtrends.org/indicators/childrens-exposure-to-violence.

12. Gavin Aronson, Mark Follman, and Deanna Pan, "A Guide to Mass Shootings in America," Mother Jones online, last modified June 5, 2017, www.motherjones.com/politics/2012/07/mass-shootings-map; James Garbarino, Lost Boys: Why Our Sons Turn Violent and How We Can Save Them (New York: Free Press, 1999), ix.

13. James Gilligan, "Shame, Guilt, and Violence," Social Research 70, no. 4 (Winter 2003): 1154.

14. Elijah Anderson, Code of the Street: Decency, Violence and the Moral Life of the Inner City (New York: W. W. Norton, 2000), 75.

15. Kindlon and Thompson, Raising Cain.

16. Gilligan, "Shame, Guilt, and Violence," 1163.

17. Anderson, Code of the Street, 32.

18. Ann Arnett Ferguson, Bad Boys: Public School in the Making of Black Masculinity (Ann Arbor: University of Michigan Press, 2001), 193.

19. Michael Cunningham and L. K. Meunier, "The Influence of Peer Experiences on Bravado Attitudes Among African American Males," in Adolescent Boys, eds. Way and Chu (New York: New York University Press, 2004), 221.

20. Howard C. Stevenson, "Boys in Men's Clothing," in Adolescent Boys, eds. Way and Chu (New York: New York University Press,

2004), 60.

21. “Bullying,” ChildTrends Databank online, May 2016, www.childtrends.org/indicators/bullying.

22. “Unsafe at School,” ChildTrends Databank online, December 2015, www.childtrends.org/indicators/unsafe-at-school.

23. US Centers for Disease Control and Prevention online, “Understanding School Violence: Fact Sheet 2016,” accessed September 2, 2017, www.cdc.gov/violenceprevention/pdf/school_violence_fact_sheet-a.pdf.

24. Jonathan Salisbury and David Jackson, Challenging Macho Values: Practical Ways of Working with Adolescent Boys (London: Falmer Press, 1996), 104., 129.

25. Brett G. Stoudt, “‘You’re Either In or You’re Out’: School Violence, Peer Discipline, and the (Re)Production of Hegemonic Masculinity,” Men and Masculinities 8, no. 3 (January 1, 2006): 274.

26. Heilman with Barker, Masculine Norms and Violence.

27. ChildTrends Databank online, “Physical Fighting by Youth.”

28. Connie David-Ferdon et al., A Comprehensive Technical Package for the Prevention of Youth Violence and Associated Risk Behaviors (Atlanta: National Center for Injury Prevention and Control, CDC, 2016), 25.

29. Там же, 23.

30. Bob Ditter, “Bullying Behavior in Boys. and What to Do About It,” American Camp Association online. accessed September 3, 2017, www.acacamps.org/resource-library/camping-magazine/bullying-behavior-boys-what-do-about-it.

31. David-Ferdon et al., Comprehensive Technical Package, 15.

32. Eron, Gentry, and Schlegel, Reason to Hope, 11.

33. Garbarino, Lost Boys, 150.

Глава 9 ИГРУШКИ СОВРЕМЕННЫХ МАЛЬЧИКОВ

1. “Parenting in America: Outlook, Worries, Aspirations Are Strongly Linked to Financial Situation” Pew Research Center, December 17, 2015, http://assets.pewresearch.org/wp-content/uploads/sites/3/2015/12/2015–12–17_parenting-in-america_FINAL.pdf.

2. Kristen Lucas and John L. Sherry, “Sex Differences in Video Game Play: A Communication-Based Explanation,” Communication Research 31, no. 5 (October 2004): 517.

3. Bruce D. Homer et al., “Gender and Player Characteristics in Video Game Play of Preadolescents,” Computers in Human Behavior 28, no. 5, (2012): 1782–89.

4. Benjamin Paassen, Thekla Morgenroth, and Michelle Stratemeyer, “What Is a True Gamer? The Male Gamer Stereotype and the Marginalization of Women in Video Game Culture,” Sex Roles 76, no. 7–8, (2017): 421–35.

5. Там же.

6. Maeve Duggan, “Gaming and Gamers Pew Research Center, December 15, 2015, www.pewinternet.org/2015/12/15/gaming-and-gamers.

7. Rosalind Wiseman, “Everything You Know About Boys and Video Games Is Wrong,” Time online, last modified July 8, 2015, http://time.com/3948744/video-games-kate-upton-game-of-war-comic-con.

8. Christia Spears Brown, Parenting Beyond Pink and Blue: How to Raise Your Kids Free of Gender Stereotypes (New York: Ten Speed Press, 2014).

9. Elizabeth Sweet, “Toys Are More Divided by Gender Now Than They Were 50 Years Ago,” Atlantic online, last modified December 9, 2014, www.theatlantic.com/business/archive/2014/12/toys-are-more-divided-by-gender-now-than-they-were-50-years-ago/383556.

10. Brown, Parenting Beyond Pink and Blue, 5.

11. Marshall McLuhan and Quentin Fiore, The Medium Is the Massage: An Inventory of Effects (Berkeley, CA: Gingko Press, 2001).

12. Gabriel A. Barkho, “What Exactly Makes Someone a ‘Digital Native’? A Comprehensive Guide,” Mashable, last modified June 20, 2016, http://mashable.com/2016/06/20/what-is-a-digital-native/#dWYGIV12kmqq.

13. Там же, 4.

14. Steven Johnson, Everything Bad Is Good for You (New York: Riverhead Books, 2005).

15. Zimbardo and Coulombe, Man Interrupted.

16. Howard Gardner and Katie Davis, The App Generation: How Today’s Youth Imagine Identity, Intimacy, and Imagination in a Digital World (New Haven, CT: Yale University Press, 2013).

17. Там же, 160.

18. Sherry Turkle, Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other (New York: Basic Books, 2011).

19. Там же, 12.

20. Lisa Damour, “Parenting the Fortnite Addict,” New York Times online, April 30, 2018, www.nytimes.com/2018/04/30/well/family/parenting-the-fortnite-addict.html.

21. Andrew K. Przybylski, Netta Weinstein, and Kou Murayama, “Internet Gaming Disorder: Investigating the Clinical Relevance of a New Phenomenon,” American Journal of Psychiatry 174, no. 3 (November 2016): 230–36, http://ajp.psychiatryonline.org/doi/

abs/10.1176/appi.ajp.2016.16020224.

22. Adam Alter, Irresistible: The Rise of Addictive Technology and the Business of Keeping Us Hooked (New York: Penguin Press, 2017).

23. Brent Conrad, How to Help Children Addicted to Video Games (Halifax, Nova Scotia: TechAddiction, 2012).

24. Christopher J. Ferguson and Patrick Markey, "Video Games Aren't Addictive," New York Times online, April 1, 2017, www.nytimes.com/2017/04/01/opinion/sunday/video-games-arent-addictive.html?_r=0.

25. Там же, 2.

26. Jordan Erica Webber, "'As Addictive as Gardening': How Dangerous Is Video Gaming?" Guardian (US edition) online, last modified April 25, 2017, www.theguardian.com/technology/2017/apr/25/video-game-addiction-compulsive-dangerous.

27. Ferguson and Markey, "Video Games Aren't Addictive," 3.

28. Andrew Perrin, "Social Media Usage: 2005–2015" (Washington, DC: Pew Research Center online, October 8, 2015), www.pewinternet.org/2015/10/08/social-networking-usage-2005–2015.

29. Michael Kimmel, Guyland: The Perilous World Where Boys Become Men (New York: Harper Perennial, 2009), 31.

30. Alexia Fernandez Campbell, "The Unexpected Economic Consequences of Video Games," Vox, last modified July 7, 2017, www.vox.com/policy-and-politics/2017/7/7/15933674/video-games-job-supply.

31. Amanda Lenhart, "Teens, Technology and Romantic Relationships" Pew Research Center online, October 1, 2015, www.pewinternet.org/2015/10/01/teens-technology-and-romantic-relationships.

32. Sophia Stuart, "How to Raise Responsible Digital Kids," PC Magazine online, last modified February 13, 2017, www.pcmag.com/news/351706/how-to-raise-responsible-digital-kids.

33. Monica Anderson, "Parents, Teens and Digital Monitoring" Pew Research Center, January 7, 2016, www.pewinternet.org/2016/01/07/parents-teens-and-digital-monitoring.

34. American Academy of Pediatrics, "Policy Statement: Media Use in School-Age Children and Adolescents," Pediatrics 138, no. 5 (November 2016), https://docs.google.com/viewer?url=http% 3A%2F%2Fpediatrics.aappublications.org%2Fcontent%2 Fearly%2F2016%2F10%2F19%2Fpeds.2016–2592.full-text.pdf.

35. Campaign for a Commercial-Free Childhood (CCFC) online, 7 Parent-Tested Tips to Unplug and Play, accessed September 3, 2017,

www.commercialfreechildhood.org/resource/real-life-strategies-reducing-children%E2%80%99s-screen-time.

36. Alia Wong, “Digital Natives, Yet Strangers to the Web,” Atlantic online, last modified April 21, 2015), www.theatlantic.com/education/archive/2015/04/digital-natives-yet-strangers-to-the-web/390990.

37. MTV Digital Rights Project, A Thin Line, accessed September 3, 2017, www.athinline.org/digital-rights-project.

38. James Hamblin, “Quit Social Media Every Other Day,” Atlantic online, last modified June 15, 2017, www.theatlantic.com/health/archive/2017/06/intermittent-social-media-fasting/529752.

39. Anya Kamenetz, The Art of Screen Time: How Your Family Can Balance Digital Media and Real Life (New York: Public Affairs, 2018), 221.

Глава 10 ИЗ ДВАДЦАТЬ ПЕРВОГО ВЕКА — НАВСТРЕЧУ БУДУЩЕМУ

1. Nellie Bowles, “Jordan Peterson: Custodian of Patriarchy,” New York Times online, May 18, 2018, www.nytimes.com/2018/05/18/style/jordan-peterson-12-rules-for-life.html.

2. Jordan B. Peterson, 12 Rules for Life: An Antidote for Chaos (Toronto: Random House Canada, 2018).

3. Alana Semuels, “When Factory Jobs Vanish, Men Become Less Desirable Partners,” Atlantic online, last modified March 3, 2017, www.theatlantic.com/business/archive/2017/03/ manufacturing-marriage-family/518280.

4. Joanna Pepin and David Cotter, “Trending Towards Traditionalism? Changes in Youths’ Gender Ideology,” Council on Contemporary Families online, last modified March 31, 2017, https://contemporaryfamilies.org/2-pepin-cotter-traditionalism.

5. Stephanie Coontz, “Do Millennial Men Want Stay-at-Home Wives?” New York Times online, March 31, 2017, www.nytimes.com/2017/03/31/opinion/sunday/do-millennial-men-want-stay-at-home-wives.html?_r=0; Dan Cassino, “Some Men Feel the Need to Compensate for Relative Loss of Income to Women: How They Do So Varies,” Council on Contemporary Families online, last modified March 31, 2017, https://contemporaryfamilies.org/3-cassino-men-compensate-for-income-to-women.

6. Beyond the Veil, Elliot Rodger’s Retribution Video, online video clip (6:55), YouTube, uploaded May 24, 2014, accessed June 17, 2018, www.youtube.com/watch?v=G-gQ3aAdhIo.

7. Alexandra Ma, “The Toronto Van Attack Suspect Warned of an

‘Incel Rebellion’ on Facebook Hours Before the Attack — Here’s What That Means,” Business Insider, last modified April 24, 2018, www.businessinsider.com/incel-alex-minassian-toronto-van-attack-facebook-post-2018–4?IR = T.

8. The Manosphere, MGTOW (Men Going Their Own Way) online, accessed June 17, 2018, www.mgtow.com/manosphere.

9. Bianca D. M. Wilson et al., “Characteristics and Mental Health of Gender Nonconforming Adolescents in California: Findings from the 2015–2016 California Health Interview Survey,” Williams Institute and UCLA Center for Health Policy Research, December 2017, http://healthpolicy.ucla.edu/publications/search/pages/detail.aspx?PubID = 1706.

10. Sarah Rich, “Today’s Masculinity Is Stifling,” Atlantic online, last modified June 11, 2018, www.theatlantic.com/family/archive/2018/06/imagining-a-better-boyhood/562232.

11. Nicholas Kristof, “On a Portland Train, the Battlefield of American Values,” New York Times online, May 30, 2017,www.nytimes.com/2017/05/30/opinion/portland-train-attack-muslim.html.

12. Michael Kimmel, Angry White Men (New York: Nation Books, 2013).

13. R. W. Connell, The Men and the Boys (Cambridge, UK: Polity, 2000).

14. The Proposal (Coalition to Create a White House Council on Boys to Men), accessed June 20, 2018, http://whitehouseboysmen.org/the-proposal/introduction.

15. Stony Brook University, The International Conference on Masculinities Explores Gender Activism and Gender Justice, news release, March 4, 2015, http://sb.cc.stonybrook.edu/news/general/2015_04_03_masculinities_conf.php.

16. Alanna Vagianos, “Gloria Steinem on What Men Have to Gain from Feminism,” Huffington Post, last modified December 6, 2017, www.huffingtonpost.com/2015/03/06/gloria-steinem-men-feminism_n_6813522.html?ncid = fcbklnku shpmg00000046.

17. Michael Kimmel, 2013: xiv. SAA, p. 280.

18. Values in Action Institute on Character online, “Character Strengths Research: Breaking New Ground,” accessed September 4, 2017, www.viacharacter.org/www/Research.

19. Nel Noddings, Caring: A Feminine Approach to Ethics and Moral Education (Berkeley, University of California Press, 1984), p. 69.

20. Jean M. Twenge and W. Keith Campbell, The Narcissism Epidemic: Living in the Age of Entitlement (New York: Atria Books, 2010); Emily Grijalva et al., “Gender Differences in Narcissism: A

Meta-analytic Review," Psychological Bulletin 141, no. 2 (March 2015): 261–310.

21. Jeffrey Kluger, "Why Men Are More Narcissistic Than Women," Time online, last modified March 5, 2015, http://time.com/3734329/narcissism-men-women.

22. Carol Dweck, Mindset: The New Psychology of Success (New York: Ballantine, 2007).

23. Roy Baumeister, "Rethinking Self-Esteem: Why Nonprofits Should Stop Pushing Self-Esteem and Start Endorsing Self-Control," Stanford Social Innovation Review (Winter 2005): 34–41.

24. "The Key to Understanding Bad Boys: They're Narcissists," EMandLO.com (blog), July 29, 2015, www.emandlo.com/the-key-to-understanding-bad-boys-theyre-narcissists.

25. Donald W. Black, Bad Boys, Bad Men (New York: Oxford University Press, 1999), 28.

26. Там же, 83.

27. Там же, 202.

28. Emily Badger et al. "Extensive Data Shows Punishing Reach of Racism for Black Boys," New York Times online, March 19, 2018, www.nytimes.com/interactive/2018/03/19/upshot/race-class-white-and-black-men.html.

29. Caroline Simon, "There Is a Stunning Gap Between the Number of White and Black Inmates in America's Prisons," Business Insider last modified June 16, 2016, www.businessinsider.com/study-finds-huge-racial-disparity-in-americas-prisons-2016–6; Ferguson, Bad Boys 230; Howard Stevenson, "Boys in Men's Clothing," 59.

30. Eric Davis and Dana Santorelli, Raising Men: Lessons Navy SEALs Learned from Their Training and Taught to Their Sons (New York: St. Martin's Press, 2016).

31. Monica Lewinsky, "Jay-Z, Prince Harry, Brad Pitt, and the New Frontiers of Male Vulnerability," Vanity Fair online, last modified July 19, 2017, www.vanityfair.com/style/2017/07/jay-z-prince-harry-brad-pitt-male-vulnerability.

32. Claire Cain Miller, "How to Raise a Feminist Son," New York Times online, June 1, 2017, www.nytimes.com/2017/06/02/upshot/how-to-raise-a-feminist-son.html.

33. Roots of Empathy, "About Us," www.rootsofempathy.org.

34. Andrew Reiner, "Talking to Boys the Way We Talk to Girls," New York Times online, June 15, 2017, www.nytimes.com/2017/06/15/well/family/talking-to-boys-the-way-we-talk-to-girls.html.

35. Brown, Parenting Beyond Pink and Blue, 206.

36. Eamonn Callan, Creating Citizens: Political Education and Liberal Democracy (Oxford, UK: Oxford University Press, 2004).

37. John Rawls, A Theory of Justice (Cambridge, MA: Belknap Press, 1999).

38. Benedict Carey, "England's Mental Health Experiment: No-Cost Talk Therapy," New York Times online, July 24, 2017, www.nytimes.com/2017/07/24/health/england-mental-health-treatment-therapy.html.

39. Lifeline, "Our Toughest Challenge Yet," accessed on September 4, 2017, www.lifeline.org.au/www.lifeline.org.au/paul.

40. "Manhood 2.0: Breaking Up with Stereotypes and Encouraging Relationships Based on Consent, Respect, and Equality in the United States," Promundo online, last modified August 23, 2016, http://promundoglobal.org/2016/08/23/manhood-2–0-breaking-stereotypes-encouraging-relationships-based-consent-respect-equality-united-states.

КОГДА ВЫ ДАРИТЕ КНИГУ, ВЫ ДАРИТЕ ЦЕЛЫЙ МИР

ХОТИТЕ ЗНАТЬ БОЛЬШЕ?

Заходите на сайт:
https://eksmo.ru/b2b/

Звоните по телефону:
+7 495 411-68-59, доб. 2261

notes

Примечания

1

«Государство американского отрочества». — *Прим. ред.*

2

«Разоблачение синдрома дефицита внимания». — *Прим. ред.*

3

Гендер — спектр характеристик маскулинности или феминности, включает в себя социальные роли, самоопределение индивидуума. Гендер не тождественен биологическому полу — различия между мужским и женским гендером сугубо социальные, а не биологические. Гендерные стереотипы — распространенные в обществе представления о поведении представителей гендера. — *Прим. ред.*

4

Кинокомедия 1987 года. Сюжет картины рассказывает о противостоянии двух студенческих братств в кампусе Университета Фарбер. Картина оказалась одной из наиболее коммерчески успешных картин 1970-х и стала основой для нового комедийного жанра. Низкопробный юмор, вульгарные шутки оказали влияние на целое поколение картин в американском кинематографе. — *Прим. ред.*

5

«Родительство наизнанку: как глубокое самопознание поможет вырастить процветающего ребенка». На русском языке не издавалась. — *Прим. ред.*

6

«Книга добродетелей: кладезь высоконравственных историй». — *Прим. ред.*

7

«Когда мальчики становятся «мальчиками»: развитие, отношение, мужественность». — *Прим. ред.*

8

«Слушайте: 5 простых инструментов для решения ежедневных родительских проблем». — *Прим. ред.*

9

Объединение для академического, социального, эмоционального обучения. — *Прим. ред.*

10

Муниципальные школы, работающие по контракту (чартеру) — т. е. с привлечением частного финансирования. — *Прим. ред.*

11

«Говорим по душам: гендерная и социальная значимость эмоций». — *Прим. ред.*

12

«Злые белые мужчины: американская мужественность в конце эпохи». — *Прим. ред.*

13

Конец 8 класса, 14 лет. — *Прим. ред.*

«Я, Ты и Это». — *Прим. ред.*

15

Это парадокс из классических задачников: «Лошадь везет телегу. Но по третьему закону Ньютона телега тянет лошадь назад с точно такой же по величине силой, с какой лошадь тянет телегу вперед. Тогда почему же именно лошадь везет телегу, а не наоборот? Почему они вообще движутся?» — *Прим. ред.*

16

Возникший в 2017 году и получивший повсеместное распространение хэштег #МеТоо («я тоже») посвящен проблемам сексуального домогательства и насилия в отношении женщин. Благодаря этому флешмобу открылось множество случаев принуждения женщин к близости влиятельными мужчинами — продюсерами, политиками, бизнесменами. В русскоязычном интернете по смыслу близка акция #яНеБоюсьСказать, наглядно продемонстрировавшая распространенность сексуального насилия. — *Прим. ред.*

17

Невольное воздержание — это невозможность установления интимных отношений или вовлечения в половой акт по причинам, отличным от осознанного воздержания. — *Прим. ред.*

18

В 2014 году Эллиот Роджер убил 6 человек и ранил еще 14 в Калифорнийском университете в Санта-Барбаре. Убийца написал манифест, обвиняющий во всем вынужденное воздержание — и женщин. В 2018 году последователь Роджера, 25-летний Алик Минасян, направил свой автофургон в толпу в центре Торонто, убив 10 человек и ранив еще 14 — большинство пострадавших оказались женщинами. В посте в Фейсбуке, опубликованном незадолго до атаки, Минасян написал, что «восстание инцелов началось». — *Прим. ред.*

19

Игровые ситуации, соответственно, в бейсболе, гольфе, теннисе. — *Прим. ред.*

20

«Нежный порез: внутри скрытого мира самоповреждения». — *Прим. ред.*

21

Издевательства, манипуляция, в результате которой жертва теряет друзей и становится изгоем. — *Прим. ред.*

22

«Атака кобры» — фантастический боевик 2009 года, основанный на одноименной серии комиксов, издающихся с 1967 года. — *Прим. ред.*

23

«Оспаривая маскулинные ценности: практические пути работы с мальчиками-подростками». — *Прим. ред.*

24

Игра жанра «три в ряд» — нужно выстроить в ряд три и больше одинаковых конфет, чтобы они исчезли. — *Прим. ред.*

25

Крупнейшая розничная торговая сеть, осуществляющая торговлю через каталоги, приходящие по почте, и крупные супермаркеты. — *Прим. ред.*

26

«Все плохое — хорошо: как современная поп-культура делает нас умнее». — *Прим. ред.*

27

Вышедшая в 20017 году онлайн-игра в жанре выживания при зомби-апокалипсисе. Режим королевской битвы — это схватка 100 игроков между собой. Играть можно как соло, так и в паре или команде. — *Прим. ред.*

28

«Как помочь ребенку, зависимому от видеоигр: руководство для родителей». — *Прим. ред.*

29

«Мортал Комбат: почему война с видеоиграми ошибочна». — *Прим. ред.*

30

«Кризис мальчиков: почему наши мальчики борются и что мы можем с этим сделать». — *Прим. ред.*

31

«Нарцисс по соседству: поймите монстра в вашей семье, вашем офисе, вашей постели — вашем мире». — *Прим. ред.*

32

Гиллель цитируется по книге «Еврейский мир. Важнейшие знания о еврейском народе, его истории и религии», авт. раввин Иосиф Телушкин. — *Прим. ред.*

33

«Плохие мальчики, плохие мужчины. Противостояние антисоциальному расстройству личности (социопатии)». — *Прим. ред.*

«Воспитание мужчин: от отцов к сыновьям — жизненные уроки тренировок ВМФ США». — *Прим. ред.*

«От имени мальчиков». — *Прим. ред.*

«Воспитание сыновей 101». — *Прим. ред.*

37

«Разговаривать с мальчиками, как мы разговариваем с девочками». — *Прим. ред.*

«Наша самая сложная задача». — *Прим. ред.*